جامعة مؤتة
كلية الدراسات العليا

مدى استخدام ميكانيزمات الدفاع لدى طلبة المرحلة الثانوية وعلاقتها بالرضا عن الذات في لواء القصر

إعداد الطالب

عامر حمدان الدهيسات

إشراف

الدكتور أحمد أبو أسعد

رسالة مقدمة إلى كلية الدراسات العليا
استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في
الإرشاد النفسي والتربوي/ قسم الإرشاد والتربية الخاصة

جامعة مؤتة، 2016

الآراء الواردة في الرسالة الجامعية لا تُعبر
بالضرورة عن وجهة نظر جامعة مؤتة

بسم الله الرحمن الرحيم

MUTAH UNIVERSITY
College of Graduate Studies

جامعة مؤتة
كلية الدراسات العليا

نموذج رقم (14)

قرار إجازة رسالة جامعية

تقرر إجازة الرسالة المقدمة من الطالب عامر حمدان الدهيسات الموسومة بـ:

مدى استخدام ميكانيزمات الدفاع لدى طلبة المرحلة الثانوية وعلاقتها بالرضا عن الذات في لواء القصر

استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في **الإرشاد النفسي والتربوي.**

القسم: الارشاد والتربية الخاصة.

	التوقيع	التاريخ	
د. أحمد عبداللطيف أبو أسعد		26/4/2016	مشرفاً ورئيسا
أ.د. أحمد عبدالحليم عربيات		26/4/2016	عضواً
د. لمياء صالح الهواري		26/4/2016	عضواً
د. نيفين محمد أبو زيد		26/4/2016	عضواً

عميد الدراسات العليا

د. محمد المحاسنة

MUTAH-KARAK-JORDAN
Postal Code: 61710
TEL :03/2372380-99
Ext. 5328-5330
FAX:03/ 2375694
e-mail: dgs@mutah.edu.jo sedgs@mutah.edu.jo
http://www.mutah.edu.jo/gradest/derasat.htm

مؤته – الكرك – الاردن
الرمز البريدي :61710
تلفون :03/2372380-99
فرعي 5328-5330
فاكس 03/2 375694
البريد الالكتروني
الصفحة الالكترونية

الإهداء

إلى تلك العيون التي طالما سهرت لأنام... والأيادي التي طالما تعبت لأستريح... إلى الحب الذي لا يموت... إلى وردة الحنان... وبسمة الأمل... وروعة الحياة... أمي الحنونه.

وإلى من كان السبب في وجودي أبي الذي لم يبخل علي يوماً بشيء...

إلى من كانوا خير عون لي على درب النجاح... إلى العيون التي رأيت فيها طريقي لإتمام هذه الرسالة... أخوتي وأخواتي أخص بالذكر الأخت الغالية ختام الدهيسات وإلى رفيقة دربي زوجتي الغالية.

عامر حمدان الدهيسات

الشكر والتقدير

أحمد الله وأشكره بأن أعانني على كتابة هذه الرسالة، ولا يسعني بعد أن أنهيت كتابتها إلا أن أتوجه بالشكر والتقدير للمشرف على رسالتي الدكتور أحمد أبو اسعد الذي لم يبخل علي بوقته وجهده وتوجيهاته واقتراحاته التي كان لها الأثر الكبير في أنجاز هذه الرسالة.

كما أتقدم بالشكر والتقدير إلى الأساتذة أعضاء لجنة المناقشة الذين تفضلوا بقراءة هذه الرسالة وتقويمها.

كما أتقدم بجزيل الشكر والعرفان إلى الدكتورة لمياء الهواري رئيس قسم الإرشاد والتربية الخاصة لما قدمته من دعم معنوي ونصائح علمية طوال فترة دراستي...

وأشكر كل من شجعني ووقف إلى جانبي لإتمام هذا العمل، وإلى كل من سهل لي إجراءات هذه الرسالة.

جزى الله الجميع خير الجزاء، وبارك جهودكم أنه سميع قريب مجيب الدعاء.

عامر حمدان الدهيسات

فهرس المحتويات

قائمة الجداول

قائمة الملاحق

الملخص

"مدى استخدام ميكانيزمات الدفاع لدى طلبة المرحلة الثانوية وعلاقتها بالرضا عن الذات في لواء القصر"

عامر حمدان الدهيسات

جامعة مؤتة، 2016

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مدى استخدام ميكانيزمات الدفاع لدى طلبة المرحلة الثانوية وعلاقتها بالرضا عن الذات في لواء القصر، تكونت عينة الدراسة من (227) طالباً وطالبة من الصف الأول والثاني ثانوي، و تم استخدام الأدوات التالية (قائمة ميكانيزمات الدفاع، ومقياس الرضا عن الذات). توصلت الدراسة إلى أن أكثر ميكانيزمات الدفاع استخداماً لدى طلبة المرحلة الثانوية في لواء القصر هو التحول العكسي حيث جاء مرتفعاً، بينما جاء ميكانيزم التحويل أو الانقلاب ضد الآخرين في المرتبة الأخيرة وبمستوى متوسط، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين ميكانيزمات الدفاع (التحويل العكسي، الإسقاط، تزييف الواقع) والرضا عن الذات، بينما لم تظهر النتائج وجود علاقة بين ميكانيزمات الدفاع والرضا عن الذات، فيما لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية في ميكانيزم التحويل أو الانقلاب ضد الآخرين تعزى للنوع الاجتماعي، بينما تبين وجود فروق في ميكانيزم الإسقاط ولصالح الذكور وفي ميكانيزمات (تزييف الواقع، التحويل أو الانقلاب ضد الذات، التحويل العكسي) ولصالح الإناث، وعدم وجود فروق في ميكانيزمات الدفاع (الانقلاب ضد الآخرين، التحول العكسي) تعزى لمتغير المستوى التحصيلي، بينما تبين وجود فروق في ميكانيزمات (الاسقاط، تزييف الواقع، التحويل أو الانقلاب ضد الذات) وكانت الفروق في ميكانيزمي الإسقاط والتحويل أو الانقلاب ضد الذات بين ذوي التقدير مقبول وذوي التقديرين ممتاز وجيد جداً ولصالح ذوي التقدير مقبول، وفي ميكانيزم تزييف الواقع بين ذوي التقدير ممتاز وذوي التقديرين جيد ومقبول ولصالح ذوي التقديرين جيد ومقبول.

الكلمات المفتاحيه: ميكانيزمات الدفاع، الرضا عن الذات، المراهقين.

Abstract

The extent of using the mechanisms of defense among the secondary stage students and its relationship with self-satisfaction in the district of Al-Qasr

Amer Hamdan Al-Dhaisat

Mutah University,2016

This study aimed at identifying the extent of using the mechanisms of defense among the secondary stage students and its relationship with self-satisfaction in the district of Al-Qasr. The study sample consisted of 227 male and female students from the first secondary and second secondary grades , and the following tools were used (the list of defense mechanisms, as well as the scale of self-satisfaction). The study found that the most used mechanism of defense among the secondary school students in the District of Al-Qasr is the opposite conversion, which was of a high degree , while the mechanism of conversion against others was in the last place with a medium degree. The study results indicated that there is a positive correlation relationship between the defense mechanisms (opposite conversion, projection, falsifying reality) and self-satisfaction, while the results showed that there is no relationship between the defense mechanisms and self-satisfaction. The study showed that there are no statistically significant differences in the mechanism of conversion or coup against others attributed to gender, while there are differences in the mechanism of projection in favor of the males and differences in the mechanisms of (falsifying reality, conversion or coup against oneself, opposite conversion) in favor of the females. The results showed that there are no statistically significant differences in the mechanisms of defense (coup against others, and opposite conversion) attributed to the variable of educational attainment, while there are differences in the mechanisms of (projection, falsifying reality, conversion or coup against oneself). The differences regarding the projection and conversion or coup against oneself were between the estimation of pass and the estimations of very good and excellent in favor of the pass estimation. As for the mechanism of falsifying reality, the differences were between the estimation of excellent and the estimations of good and pass in favor of the good and pass estimations.

Key words: the mechanisms of defense, self-satisfaction, adolescents.

الفصل الأول

خلفية الدراسة وأهميتها

1.1 المقدمة

يسعى الكثير من الآباء للارتقاء بأبنائهم، ولعل الجيل الأكثر أهمية في الحياة هوأمل الأمة حاضرها ومستقبلها هو جيل الشباب الناشئ وبخاصة طلبة المرحلة الثانوية.

ففي هذه المرحلة يكون الطالب فيها غير ناضج انفعاليًا وذا خبرة محدودة ويقترب من نهاية نموه البدني والعقلي، وعلى ذلك فإن المشاكل التي يواجهها الطالب في هذه المرحلة لها جذورها البيولوجية والاجتماعية، وتعدّ هذه المرحلة هي الوقت الذي يخرج فيها المراهق من الشرنقة التي كانت تحميه في خلال مرحلة الطفولة ويصل في نهايتها إلى حدود العالم الخارجي المجهول (الدسوقي، 2013).

تسمى مرحلة المراهقة بمرحلة الهوية، حيث يمر المراهق بأزمة في هذه المرحلة هي أزمة الهوية مقابل تشويش الهوية، ولحل هذه الأزمة يجب الاعتماد على درجة النضج والبيئة المحيطة بالطالب، وحل أزمات النمو السابقة، وذلك ينسجم مع رؤية اريكسون للهوية وتكامل الخبرات والتوحدات السابقة في وحدة جديدة تشكلها الظروف المحيطة بالطالب في هذه المرحلة، ويؤدي حل الأزمة إيجابيا إلى تحقيق الطالب لهويته، في حين أن العجز عن ذلك يؤدي إلى اضطراب الهوية وتبني أنماط سالبة من الهوية واضطراب الأدوار (أبو أسعد، 2015).

يحاول الطالب في هذه المرحلة إلى البحث عن الرضا عن الذات التي هي دالة لفعاليات ونشاطات الإنسان في الحياة ولمجمل نجاحاته وإخفاقاته فيها، فهي حالة يخبرها الإنسان كجزء منها، أو خلفية لكل مظاهر تفكيره ومشاعره، وأفعاله. وينمو ذلك المفهوم ويتطور من خلال عمليتين (إدراكية ووجدانية) يتمثلان في تقويم الفرد نفسه وإحساسه بأهميته واستحقاقه للجدارة، ويؤكد أدلر (Adler) أن الفرد يسعى للتفوق للتخلص من الإحساس بالدونية والذي يولد معه، وان الدافع الأساسي للقيام بسلوك دفاعي لا شعوري أو شعوري هو وجود هدف لتحقيق وضع متفوق،

فيما يواجهه الطالب من مشكلات وبذلك فإن الرضا عن الذات ينمو ويتطور مع الفرد (Besser,2004).

أما إذا عجز الطالب عن مواجهة مشكلاته، و التصدي لهاو إيجاد الوسائل والأساليب المناسبة لحلها وفضل الإبقاء عليها بدون حل فإنها ستزداد صعوبة وسوءًا، لذا فإن تفريغ الهموم والمشاكل باستخدام ميكانيزمات الدفاع يمنحه دفعة قوية، فالنفس البشرية يحكمها مبدأ الحياة الوجدانية وهو البحث عن السعادة وتجنب الألم؛ حيث تمثل الهوية المرحلة الخامسة عند أركسون(Erickson) في مراحل النمو النفسي الاجتماعي وتقابل مرحلة المراهقة(هوية الأنا مقابل غموض الدور) كما هو الحال في المراحل السابقة فإن حل أزمة الهوية تعتمد على درجة النضج والبيئة المحيطة بالفرد وحل أزمات النمو السابقة وذلك ينسجم مع رؤية أريكسون للهوية كتكامل للخبرات السابقة لتكوين وحدة جديدة تشكلها الظروف المحيطة بالمراهق، ويؤدي حل الأزمة ايجابياً لتحقيق هوية المراهق في حين أن العجز عن تحقيقها إلى اضطراب الهوية وتبني نمطاً سالباً من الهوية واضطراب الدور (الزهراني، 2005).

وجاءت ميكانيزمات الدفاع من أهم إسهامات نظرية التحليل النفسي التي تسعى لتفسير ردود أفعال الأفراد نحو المواقف والأعراض النفسية التي يشعرون بها، وتشير ميكانيزمات الدفاع إلى محاولة الفرد لحماية مكوناته النفسية عند مواجهة مواقف الإحباط والفشل في إشباع الحاجات ومواقف الصراع (ضمرة، 2008)

ومن هذه الأساليب الحيل الدفاعية اللاشعورية (Defence Mechanisms) التي يقوم بها الأنا وهي عبارة عن عملية عقلية هدفها خفض القلق.

وتشترك جميعها في خاصيتين:

1. أنها تعمل بطريقة لا شعورية.
2. أنها تنكر الواقع وتشوهه وتزيفه.

وتتلخص أسباب استخدام المراهق لهذه الحيل الدفاعية (اللاشعورية) في تجنب حالات القلق في مواقف الحياة وما يصاحبها من شعور بالإثم، والتقليل من

الصراعات في داخله وأيضا لحماية ذاته من التهديد وقد يلجأ لها لعدم قدرته على إرضاء دوافعه بطريقة سوية واقعية لأسباب كثيرة كأن تكون المشكلة فوق احتماله أو تكون نتيجة دوافع لاشعورية لا يعرف مصدرها، أو تكون ناتجة عن ضعف أو قصور في تكوينه النفسي (الدسوقي، 2013).

ويرى فرويد أن وجود مشكلات نفسية هو نتيجة للصراع بين الهو، والأنا، والأنا الأعلى وقد يحدث الاضطراب نتيجة استخدام آليات الدفاع بطريقة مبالغ فيها، حيث إن آليات الدفاع تحدث نتيجة وجود خطر على الأنا، وقد يتعامل الأنا مع هذا الخطر إما من خلال الطرق الواقعية لحل المشكلات، أو من خلال الطرق غير الواقعية واللاشعورية لتحريف وإنكار الواقع، وأبرز هذه الآليات: الإسقاط، الكبت، التبرير، النكوص، الإنكار، التقمص، التعويض، التحويل العكسي (Hayes & Stratton, 2003).

تعمل الميكانيزمات الدفاعية على استراتيجيات بواسطتها يخفف المراهق ويتجنب حالات سلبية مثل القلق والتوتر، والصراع والإحباط؛ كما يطلق عليها أيضاً أساليب التوافق لأن الأنا هو احد المكونات الذي يستخدم تلك الحيل الدفاعية وذلك لحدوث التوافق بين المراهق والمجتمع، كل هذه تعد من ايجابيات الميكانيزمات الدفاعية التي تنعكس بدورها على حياة المراهق(الدسوقي، 2013).

2.1 مشكلة الدراسة:

تكمن مشكلة الدراسة في كونها تبحث في مرحلة من أهم وأخطر مراحل عمر الإنسان وهي المراهقة، وكيف يسعى المراهق إلى التوافق بالأساليب المختلفة لمواجهة الضغوط والأزمات التي تؤثر على شخصيته ويتأثر بها المجتمع المحيط به، فالبحث عن أهم الحيل الدفاعية الشائعة للمراهق المتذبذب والمتقلب مزاجياً الذي يمر بأزمة نمائية نتيجة التغيرات التي تطرأ عليه أو نتيجة لمواقف المجتمع منه والذي يعيش في صراع دائم بين متطلباته وحاجاته وبين إمكانات البيئة والمؤثرات المحيطة به.

حيث تعد مرحلة المراهقة من المراحل التي يحاول المراهقون فيها الاستقلال عن والديهم وتكوين هوية جديدة تشعرهم بكيانهم الخاص، ومعرفة مدى رضاهم عن ذواتهم، مما يجعل لها أهمية كبيرة في النمو النفسي والاجتماعي وفقا لنظرية أريك أريكسون، وقد يواجهون بعض الصعوبات النفسية والاجتماعية التي تقف أمام تحقيق الرضا عن الذات وهويتهم الاجتماعية التي تتمثل في السعي إلى التخلص من مرحلة الطفولة وتحقيق الأهداف المرتبطة بعالم العلاقات والصداقات والأنشطة خارج البيت.

تتلخص مشكلة الدراسة الحالية في أن الطالب عند التحاقه بمرحلة دراسية عليا، يتحمل مسئوليه وأعباء جديدة ملقاة على عاتقه من متطلبات دراسية، مما يؤدي إلى أن يواجه العديد من المشكلات في هذه المواقف الجديدة عليه، إذ إنها تحول بين المراهق وبين دراسته ووسطه المحيط؛ مما يسبب له التوتر والارتباك، حيث يعيش الطالب حاله من الارتباك تؤثر على المستوى التحصيلي، والشللية وغيرها.

كما نجد أن انتقال الطالب للمرحلة الثانوية مرحلة حرجة في حياته، تتطلب منه أن يتكيف بشكل مختلف عما كان قد تعود عليه من قبل؛ حيث يتطلب تجاوز هذه المرحلة إلى شخصية سوية، ومتماسكة، تتمتع بالصحة النفسية وبصيرة أفضل لأفكاره وأفعاله ويكون أكثر إدراكاً لأسباب سلوكه وأكثر قدرة في حل مشكلاته لتسهم في تشكيل التوافق النفسي والاجتماعي في هذه الفترة الحرجة من حياته. فالمثيرات والمواقف المتعددة في الحياة اليومية التي قد يلاحظها أو يعيشها طلبة المرحلة الثانوية جعلتهم يتأثرون بها، ويتمثل ذلك في حدوث الضغوطات والمشكلات في مختلف جوانب حياتهم والتي تؤثر تأثيراً مباشراً في استقرارهم الفكري والسيكولوجي، التي تجعلهم قلقين، وبذلك يسهل استثارتهم وتكثر انفعالاتهم، وقد ينعكس ذلك على أدائهم الدراسي بشكل عام، وربما يتجاوز ذلك إلى تغيبهم عن المدرسة بحثا عن الرضا الذاتي في لجؤون إلى بعض ميكانيزمات الدفاع النفسية، وذلك سعيا منهم لتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي، ولتحقيق الأهداف المرتبطة بعالم العلاقات والصداقات والأنشطة، فهنالك ارتباط وثيق بين ميكانيزمات الدفاع

النفسية والشعور بالرضا عن الذات، حيث تعتمد هذه العلاقة على قدرة الطالب على مواجهة التحديات والصعوبات التي تواجهه في أثناء رحلته الدراسية.

من هنا جاءت مشكلة الدراسة الحالية للكشف عن العلاقة الارتباطيه بين الرضا عن الذات ومدى استخدام ميكانيزمات الدفاع لدى الطلبة في مرحلة الثانوية.

3.1 أسئلة الدراسة:

1- ما مدى استخدام ميكانيزمات الدفاع لدى طلبة المرحلة الثانوية في لواء القصر؟
2- ما مستوى الرضا عن الذات لدى الطلبة المرحلة الثانوية في لواء القصر؟
3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجة استخدام ميكانيزمات الدفاع والرضا عن الذات تعزى لمتغير النوع الاجتماعي؟
4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجة استخدام ميكانيزمات الدفاع والرضا عن الذات تعزى لمتغير المستوى التحصيلي؟
5- هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين ميكانيزمات الدفاع والرضا عن الذات لدى طلبة المرحلة الثانوية في لواء القصر؟

4.1 أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى ما يلي:

1. التعرّف على ميكانيزمات الدفاع المستخدمة لدى عينة الدراسة.
2. التعرّف على مستوى الرضا عن الذات لدى عينة الدراسة.
3. استقصاء طبيعة العلاقة بين الرضا عن الذات وميكانيزمات الدفاع لدى عينة الدراسة.
4. التعرّف على مدى اختلاف درجة الرضا عن الذات لدى عينة الدراسة تبعاً إلى للنوع الاجتماعي والمستوى التحصيلي.

5.1 أهمية الدراسة

تناولت هذه الدراسة طلبة المرحلة الثانوية ومدى استخدامهم لميكانيزمات الدفاع وعلاقته بالرضا عن الذات لدى عينة ممثلة وشاملة لطلبة من مدارس لواء القصر في محافظة الكرك.

الأهمية النظرية:

1. تُسلَّط هذه الدراسة الضوء على ميكانيزمات الدفاع وعلاقتها بالرضا عن الذات لدى العينة المذكورة، والتي تُعدّ من الموضوعات التي قلت حولها الدراسات النظرية والميدانية حسب علم الباحث.
2. توفر قدرا من المعلومات التي تعزز فهم العلاقة بين متغيرات الدراسة.
3. تزود هذه الدراسة بمعلومات تفيد في فهم طبيعة مرحلة الثانوية وميكانيزمات الدفاع الشائعة لدى عينة الدراسة.

الأهمية التطبيقية:

1. إثراء نتائج هذه الدراسة في مختلف برامج التوعية والإرشاد، وذلك لتحقيق أكبر قدر من معرفة ميكانيزمات الدفاع لدى طلبة مرحلة الثانوية وعلاقتها بالرضا عن الذات.
2. تصميم برامج لطلبة مرحلة الثانوية تساعدهم على التكيف النفسي والاجتماعي بمساعدة المرشدين داخل المدارس وأولياء الأمور في البيوت.

6.1 التعريفات الإجرائية:

ميكانيزمات الدفاع:هي وسائل لاشعورية تعمل على حماية الفرد من الآثار الضارة للقلق الشديد، بمعنى أنها تعتبر الدفاعات تكيفيه تتيح للفرد الاستمرار في تأدية وظائفه في المواقف المثيرة للقلق، وقد تكون غير تكيفية إذا اعتمد عليها بشكل مفرط مما تؤدي فيه إلى تشويه الحقيقة والواقع وتؤدي للاضطرابات (Vaillent,1997).

تعريف الباحث: هي عبارة عن أنواع من السلوك أو التصرفات الاشعوريه التي تؤدي إلى تخفيف حدة التوتر النفسي المؤلم، والقلق وحالات الضيق.

وتعرف إجرائيا: هي الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة على قائمة ميكانيزمات الدفاع المستخدمة في الدراسة.

الرضا عن الذات: تقدير الفرد لقيمته ولأهميته مما يشكل دافعا لتوليد مشاعر الفخر والإنجاز واحترام النفس وتجنب الخبرات التي تسبب شعورا بالنقص (الفقي، 2000).

وتعرف إجرائيا: الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة على المقياس المستخدم في الدراسة.

المرحلة الثانوية:هي المرحلة الأخيرة من التعليم الإلزامي يسبق هذه المرحلة التعليم الأساسي، ويليها التعليم العالي، ويشغل فترة زمنية تمتد من سن 16-18 من عمر الطالب (وزارة التربية والتعليم).

وتعرف إجرائيا: جميع طلبة الصف الأول والثاني الثانوي في مدارس لواء القصر في محافظة الكرك في المملكة الأردنية الهاشمية.

7.1 حدود الدراسة ومحدداتها:

1. الحدود الزمانية: ترتبط الحدود الزمانية بفترة تطبيق البحث من الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي 2016/2015م.
2. الحدود المكانية: تحدد الإطار الجغرافي للبحث في لواء القصر.
3. الحدود البشرية: هم جميع طلبة المرحلة الثانوية في مدارس لواء القصر.
4. محددات الدراسة بالأدوات المستخدمة: وهي مقياس الرضا عن الذات وقائمة ميكانيزمات الدفاع.

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

1.2 الإطار النظري:

يمر الإنسان بمراحل من النمو والتطور، ويواجه في كل مرحلة من مراحل النمو النفسي الاجتماعي بتحديات ومشكلات عليه أن يتجاوزها لتحقيق السلامة النفسية، والمراهقة مرحلة نمائية تعد من أخطر مراحل عمر الإنسان، وتلعب تغيرات المراهقة الجسمية والنفسية والعقلية والانفعالية دورًا في زيادة معاناة المراهقين ومشكلاتهم، كما تلعب ردود فعل الوالدين دورًا في تخفيف معاناة المراهقين وتحقيق السواء في أدائهم النفسي والاجتماعي في خلال تلك الفترة الحرجة من العمر أو رفع معدلات التوتر والمعاناة ومن ثم ظهور المشكلات النفسية والاجتماعية في حياة المراهق والحصول على سلوكيات غير مرغوبة.

إن هناك مجموعة من القيم التي يلح عليها المجتمع الذي يعيش فيه المراهق، ويندفع المراهق داخليًا بعدد من الدوافع التي تتصادم مع قيم المجتمع وبعدد من المثل التي يحدث ألا تنطبق مع ما يقرّه ذلك المجتمع، والمجتمع موجود له قيمه، وليس من السهل على المراهق وهو في هذا العمر، أن يخالف قواعده، وليس من السهل عليه كذلك أن يقبل بكل ما فيه، ومن هنا تبدأ مشكلات الصراع، إنه ميال إلى الشعور بالأمن، وهو يمر بفترة خصبة فيما يتصل بالمثل العليا، ولكن عدداً من الدوافع لديه قوية في دعوته إلى الثورة، من هنا يشتد الصراع، وقد يصبح المخرج لدى المراهق شبيهاً بما نراه من ثورات غير موزونة لدى المراهقين في عدد من بلاد أوروبا والعرب؛ ويكون مشحونا بعناصر العدوان والخروج على كل قاعدة أقرها نظام الجماعة للمحافظة على استمرار روابط الأسرة والألفة بين أفرادها (الرفاعي، 2010).

يشعر المراهق في هذه الفترة بميل إلى توكيد ذاته، وقد يدعوه ذلك إلى الخروج على الأسرة وما ألفته، وحين يشتد إلحاح الأسرة يشتد النزوع لديه إلى تحرير ذاته، إلا أن مثل هذا السلوك يصور أكثر الأحيان صعوبات تعانيها الأسرة

في داخلها، أو صعوبات عاناها المراهق من جانب الأسرة، وحين تقود الحكمة سلوك الأسرة تجاهه، فإنه سرعان ما يعود إليها مطمئناً، إذ إنّه في أعماق ذاته يطلب التحرر من جهة ويريد نظام الأسرة من جهة أخرى (أبو جعفر، 2013).

كما يواجه المراهق معوقات تقف أمام حاجاته، منها القوانين الاجتماعية والتشريعات والامتحانات ومشكلاتها النفسية والاجتماعية والمستوى الاقتصادي الاجتماعي الذي ينشأ فيه المراهق، حيث يقف كل هذا دون إشباع حاجاته الأمر الذي يؤدي إلى توتره وقيام الصراع الداخلي لديه على أن هناك أيضًا أهدافاً متعارضة يحاول الفرد أن يشبعها في وقت واحد وهنا يقوم الصراع ويحاول المراهق أن يخفف من التوتر الذي ينشأ نتيجة معوقات فيلجأ إلى وسائل خاصة، وهي الميكانيزمات الدفاعية (عوض، 1999).

ومن جهة أخرى تظهر عند المراهقين أشكال مختلفة من السلوك حين تواجههم ظروف تنطوي على الخطر أو توقع الخطر، والاختلاف بين هذه الأشكال لا يقوم على اختلاف في خبرات الأشخاص فحسب، بل يقوم كذلك على اختلاف في الظروف نفسها، وفي المركبات المتنوعة التي ينطوي عليها لا شعور كل شخص، وفي القدرات وسمات الشخصية المتعددة والدوافع المختلفة عنده (الهنداوي،2002).

ورد الفعل الذي يتخذه الأشخاص أمام ظروف من هذا النوع يمكن النظر اليه على أنه موقف دفاع عن الذات أمام خطر حاصل أو متوقع، وهو كذلك دفاع عن نزاعات الذات وحاجاتها حين يقف في وجهها عائق يعمل على منع إشباعها ويؤدي بذلك إلى شعور الذات بوجود تهديد يجابهها من ناحية عدم إشباع حاجة أو أكثر من حاجاتها (Bradbum,1998).

في مرحلة المراهقة، يصبح الاعتبار الإيجابي من الآخرين مهماً للمراهق، كما تصبح شروط الاستحقاق والكفاءة جزءًا من الذات، وعندما يحدث ذلك فإن بعض الصراعات تحدث بين الذات والخبرات؛ ويضم هذا الصراع مفهوم الذات عند المراهق حيث يكون بحالة نزاع مع بعض الخبرات مثلًا الفشل في امتحان ما يخلق صراعاً مع مفهوم الذات عند المراهق بأنه جدير وكفء، ويحدث الصراع لأنه يضم قيماً خارجية ناتجة عن الشروط المتعلقة بالاستحقاق والكفاءة والتي

تختلف عن القيم المتضمنة داخلياً والناتجة عن عملية التقويم الكيانية؛ والمهم بالنسبة لهذا الصراع أنه يمثل تهديداً للذات(عبدالله،2000).

الميكانيزمات الدفاعيةDefensemechanisms

هناك العديد من الميكانزمات الدفاعية التي يستخدمها المراهقون في حياتهم اليومية وستتناول هذه الدراسة بعض هذه الميكانيزمات.

يعد مفهوم الميكانيزمات الدفاعية من أهم المفاهيم التي توصل إليها فرويد (Freud) قبل حوالي مائة عام ليدل بها على استراتيجيات تقوم بها الأنا لا شعورياً لحماية الأنا من القلق، وعندما بدأ فرويد بدراسة ميكانيزمات الدفاع في العام (1849) كان ينظر إليها على أنها أشكال محددة من الاضطرابات النفسية، ولكنه أصبح ينظر إليها في العام (1915) على أنها مجموعة من الميكانيزمات النفسية غير المرضية يستخدمها الفرد في المواقف الصراعية، وتوصل بعد ذلك إلى أن هذه الميكانيزمات يحتمل أن تأخذ طابعاً مرضياً أو غير مرضي (Cramer,2006).

الميكانيزمات الدفاعية: هي وسائل لا شعورية متكررة، يستخدمها المراهق بشكل متواتر الحدوث، وبشكل تلقائي غير مقصود؛ للتغلب على القلق المبتعث لديه عمّا يشعر به من تهديدات دخليه عميقة، ناجمة عن ضغوط المحفزات الغريزية للهو، أو عن ضغوط مطالب الأنا العليا (تهديدات داخلية)؛ أو ناجمة عن ضغوط ومخاطر العالم الخارجي الواقعي (تهديدات خارجية). حيث يتحقق له ذلك، إما بتحويل الهدف الداخلي أو الخارجي الأصلي الباعث على الشعور العميق بالتهديد والقلق، عبر التحول عنه إلى هدف آخر بديل مقبول اجتماعيا(Cramer,2006).

كما تشير وسائل الدفاع إلى مجموعة من أشكال السلوك التي يلجأ اليها الفرد في سعيه وراء إشباع حاجة وجد ما يعيقها،أو مواجهة خطر واقع، أو مواجهة خطر متوقع،إنها ليست شاذة من حيث إنها منطلق، ولا هي خاصة بأناس دون آخرين،إنها عامة في شكلها السوي، ولكنها توجد كذلك عند من هو مصاب باضطراب نفسي، وقد يصيبها التطرف فتصبح شكلاً من الانحراف أو من الطريق إليه، إن قاعدتها في اللاشعور قوية، ولكنها ليست لا شعورية كلها(Crow &Crow,1998).

وطبقاً للتصور الفرويدي فإن هذه الميكانيزمات تقوم بتنظيم الحالة النفسية الداخلية للفرد من خلال عملية الخداع التي تقوم بها الأنا؛ وعلى الرغم من البصمات البارزة التي تركتها آراء فرويد في مجالات متعددة من علم النفس إلا أن آراء فرويد التي تؤكد على أهمية المحفزات الجنسية والعدوانية في بناء شخصية الفرد لم تلق قبولاً في علم النفس الحديث؛ إن رفض أفكار المدرسة التحليلية وخاصة تلك التي تتعلق بالعمليات اللاشعورية يمكن أن يفسر إهمال وعدم الاهتمام بدراسة الميكانيزمات الدفاعية ودورها الذي لا يستهان به في التشخيص (Cramer, 2000).

وقد أكدت نتائج دراسة فوس وهيس(Vos&Haes. 2006) على أهمية دور العديد من الميكانيزمات التي جاء بها فرويد في خفض القلق والتوتر، كما قامت النظريات المعرفية ونظريات الضغوط والمواجهة بتغيير النظرة التقليدية للإنكار المتمثلة في كونها من الميكانيزمات غير التكيفية إلى النظر إليه على أنه: مفهوم يعبر عنه بطرق يستخدمها الفرد (المراهق) في حياته اليومية للهروب من الأحداث أو المشاعر المؤلمة وتتم هذه الطرق بشكل شعوري أو لاشعوري لذلك تغيرت النظرة التقليدية للإنكار لكونه ذا طبيعة مرضية "طبقاً لآراء فرويد(Freud)" إلى كونه استراتيجية تكيفية يستخدمها الفرد لحمايته من التهديدات الداخلية والخارجية.

ومن الجدير بالذكر أن الميكانيزمات الدفاعية تعد أول المفاهيم التحليلية التيتسرد ضمن الدليل التشخيصي الأمريكي الثالث للأمراض النفسية والعقلية، وهذا يعكس اعتراف جمعية أطباء علم النفس الأمريكية بأهمية الميكانيزمات الدفاعية في تشخيص الأمراض النفسية والعقلية (Argle,2001).

فيعرف فايلانت (Vaillent,2000) ميكانيزمات الدفاع على أنها عمليات موحدة كلية وليست منفصلة بعضها عن الأخرى، حيث يصعب الفصل بينها.

أما كريمر (Cramer,2000) فترى أن ميكانيزمات الدفاع عملية معرفية تعمل لحماية الفرد من الآثار الضارة للقلق الشديد، وبهذا المعنى تعد الدفاعات تكيفية تتيح للفرد الاستمرار في تأدية وظائفه في المواقف المثيرة للقلق، وقد تكون

غير تكيفية إذا اعتمد عليها بشكل مفرط مما يؤدي في النهاية إلى تشويه الحقيقة والواقع وربما تؤدي بالإنسان إلى الوقوع فريسة للاضطرابات النفسية.

ويرى بيسر (Besser,2004) أن الميكانيزمات هي تحولات داخلية، نفسية، غير مقصودة تصدر عن الفرد حينما تكون التهديدات التي يتعرض لها مؤلمة، وذلك بهدف حمايته من خبرات القلق المفرطة.

ويعرف (الحفني،1987) ميكانيزمات الدفاع بأنها إجراءات لا إرادية ولا شعورية يلجأ إليها الفرد لحماية نفسه من شعور مرتبط بموقف كريه متكرر الحدوث ووظيفتها حماية الأنا من التهديدات الموجهة إليه من اللاشعور والأنا الأعلى، وفشلها يعني الإصابة بالعصاب.

ويتفق (الدسوقي،1990) في تعريفه للمكانيزمات الدفاعية مع تعريف الحفني إذا يرى أنها إجراءات لا إرادية ولا شعورية يستخدمها الفرد لوقاية نفسه من وجدان مؤلم يقترن بموقف غير محبب جسميا كان أو عقلياً.

ويرى (عبد الله، 2000) أن آليات الدفاع هي عمليات الأنا اللاشعورية ووسائلَها التي تمنع الدوافع المزعجة وغير المقبولة من التعبير المباشر، ولفهم وسائل الدفاع، فإن من المفيد فحص هذه الآليات بشكل مستقل.ويجب أن نتذكر أن الناس عند استخدامهم هذه الآليات في أثناء مواجهة القلق، نادراً ما يستخدمون وسيلة أو آلية منفردة، وغالباً ما يجمعون بين عدة وسائل.

ويعرفها (كفافي،2003) بأنها أساليب تهدف للدفاع عن الشخصية ضد أي تهديد سواء من داخل الفرد أو خارجه، وهو ما يعرف بالإحباط وإن الفرد في الموقف الإحباطي يمر بمرحلة بإمكانه أن يتحمله فيها، ثم يمر بمرحلة أخرى يطبق فيها الإحباط ولكن بمشقة بالغة، ثم تأتي المرحلة الثالثة والتي يبلغ فيها التوتر أقصاه، واذا فشلت فإنها تؤدي بالفرد الى حالة من الاضطراب النفسي.

وطبقاً للدليل التشخيصي والإحصائي الرابع (DSM-IV) فإن الميكانيزمات الدفاعية تعرف على أنها" عمليات نفسية تحدث بطريقة أوتوماتيكية (Automatic psychological processes) " بهدف حماية الفرد من القلق أو حمايته من

مصادر الضغوط أو التهديدات الداخلية أو الخارجية(Chavez-Leon, Munoz, & Uribe.2006).

ومن جهة أخرى فإن أهم القرارات في حياتنا تتأثر بدفاعاتنا اللاشعورية كالأصدقاء الذين نختارهم، والسلوك العدواني الذي نمارسه مع بعض الأفراد، والمهن التي نختارها، والقيم التي نتبناها، والمعتقدات التي نعترف أو نصرح بها، والأيديولوجيات التي نساندها، وهناك اعتقاد بأن رأي الفرد في نفسه وفي الآخرين يتأثر تأثراً شديداً بتنظيمه الدفاعي، وأن الدفاعات السيكولوجية تؤثر بطريقة غير مباشرة على سعادة الفرد ورفاهيته، وقد وصف فرويد الآليات الدفاعية على أنها الأساليب التي يستغلها الأنا في الصراعات التي تؤدي إلى الاضطراب العصبي، وهناك تسع آليات دفاعية لخصها في البداية فرويد(Freud)هي: النكوص (Regression)، الكبت (Repression)، والعزلة(Isolation)، والإلغاء أو الإبطال (Undoing)، والإسقاط (Projection)، والتحول أو الانقلاب ضد الذات (Self Against Turning)، والتحول العكسي أو أسلوب الدفاع العكسي (Reversal)، وأضاف فرويد، إلى هذه الآليات التسامي (Sublimation)، والنقل (Displacement)، والإنكار (Denial)، والتقمص (Identification) (الدسوقي، 2013).

ومن الممكن أن يحدث الاضطراب نتيجة استخدام الأساليب الدفاعية بطريقة مبالغ فيها، حيث إن وسائل الدفاع تحدث نتيجة وجود خطر على الأنا، وقد يتعامل الأنا مع هذا الخطر إما من خلال الطرق الواقعية لحل المشكلات، أو من خلال الطرق غير الواقعية واللاشعورية لتحريف وإنكار الواقع (الدسوقي،2013).

ومن أبرز الآليات التي سيتم دراستها في هذه الدراسة ما يلي:

1- **الكبت (Repression)**

يعد فرويد أن الكبت هو الآلية الدفاعية الأولى أو الأساسية للأنا لأنه يعد الأسلوب المباشر في تجنب القلق، والكبت: حيلة دفاعية يستخدمها الأنا لمنع الأفكار المثيرة للقلق من الوصول إلى الشعور وقد تكون هذه الأفكار جزءاً فطرياً من الهو، وقد تكون ذكريات لخبرات مؤلمة حدثت في خلال حياة الفرد، والغرض من

عمليات تحليل الأحلام والتداعي الحر والتنويم المغناطيسي وتحليل فلتات اللسان هو الكشف عن المادة المكبوتة بحيث يمكن فهم تأثيرها في الشخصية (الرفاعي، 2011).

ويتميز الكبت أساساً عن كل الإجراءات الدفاعية بأنه أكثر هذه الإجراءات فعالية وخطورة، وله دوره الرئيسي في تكوين اللاشعور؛ ويدرج فرويد ميكانيزم الكبت لكونه ميكانيزمات أولى تستخدم دفاعًا ضد الوعي الشعوري بالرغبات الطفلية، بينما توصف ميكانيزمات عديدة أخرى بأنها ثانوية مثل المبالغة وغيرها (Hart,1983).

2- **الإسقاط (Projection)**

يعد الإسقاط آلية دفاعية تأتي بالمرتبة الثانية بعد الكبت وتشير إلى: العملية التي يقوم بها الفرد وبشكل غير واعي بإنكار صفة معينة لديه وإلصاقها بفرد آخر، أو إسقاط دوافعه غير المقبولة واتجاهاته وسلوك الآخرين أو على البيئة، وهنا يلقي الفرد باللوم على شخص أو شيء آخر لكي يتخلص من الإحساس بالذنب؛ فمثلاً عندما يكره طالب أحد زملائه فيدعي بأن زميله يكرهه.

ومن ناحية أخرى يفسر الإسقاط بأنه عملية يلصق فيها الفرد ما يتصف به من صفات مرفوضة أو غير مقبولة اجتماعيًا على الفرد الآخر، والإسقاط في كونه آلية دفاعية مخادعة أو مشوهة للواقع يقوم به (الأنا) شعورياً، في سبيل منح الفرد فرصة لنفسه كي لا يدرك حقيقة دوافعه التي لو أدركها لشعر بالخيبة، والإثم والامتهان؛ لا شك أن إلصاق الأخطاء أو النواقص على الآخرين قد يخفف من شعوره بالفشل أو يزيد هذا الشعور خصوصاً إذا ما أدرك أن الآخرين يتصفون بتلك الصفات فعلاً (عبد السلام،2003).

3- **الإزاحة أو الإبدال(Displacement)**

وهو أسلوب مناسب يتخذه (الأنا) في محاولة منه لاستمرار فاعلية عملية الكبت للدوافع الغريزية، والمشاعر المرفوضة اجتماعيا، ومنعها من الظهور إلى حيز الشعور؛ في سبيل خفض مستوى القلق الذي يهدد الفرد عند تحول المشاعر من موضوع إلى آخر بديل، أي أن يقوم الأنا باستبدال مثير معين بمثير آخر، فالعاطفة

التي اقترنت بطالب معين أو مشاعر ارتبطت بموقف معين تتحول إلى مثير آخر أو طالب آخر؛ والإبدال هو تحول العاطفة من موضوعها الأول إلى موضوع آخر، على أن تكون هناك علاقة أو صلة بين الموضوعين، مثال نقل عدوان المراهق لأول شخص يقابله، دون أن يكون مستحقاً لهذا العدوان (الخالدي،2009).

4- **النكوص (Regression)**

وهو العودة إلى مرحلة سابقة من مراحل النمو كان الفرد يشعر بالاطمئنان في خلالها، فالطفل الذي تخلص من التبول اللاإرادي، قد يعود للتبول كي يلفت الانتباه بعد أن شعر بأن انتباه والديه اتجه لأخيه الصغير (أبو اسعد وعربيات، 2015).

وأيضا من أساليب النكوص مبالغة المرء في التحدث عن الماضي الذي عاش فيه، أو عاش فيه أجداده، حين يفشل في حياته الحاضرة؛ ومن أساليبه المعروفة أيضاً ما يلاحظ من سلوك عند بعض المتقدمات في السن ينزعن بشكل بارز ومتطرف، إلى الظهور بمظهر الفتيات الصغيرات في اللباس والحركات ونغمة الصوت والإشارات (الرفاعي،2010).

5- **الانسحاب(Withdrawal)**

عندما لا يجد الفرد الإمكانات المتوفرة لديه والكافية للتعامل مع الضغط السائد، فبإمكانه وفي بعض الأحيان تجنب التعامل لحين استجماع قواه ثانية أو التهيؤ له، ويحدث هذا على مستوى المراهق، أما إذا فشل في تجنب الموقف الضاغط ولم يستطع مقاومته، فإنه يلجأ إلى العقاقير، والكثير من الذين يتعاطون العقاقير، يجدون فيها وسيلة للهروب من المواجهة، لذلك يعد الانسحاب شائعة للتهديد عند بعض المراهقين؛ ويعد في بعض الأحيان شكلًا من أشكال التكيف، فعندما يتعرض الفرد إلى الإحباط قد يجد أنه لا داعي لاستخدام حيلة دفاعية ذات طبيعة عدوانية، وأنه من الأفضل الهروب من الموقف، والتحرك بعيداً عن زملائه، فالهرب من المواقف التي تسبب الإحباط أو تكرار الإحباط للمراهق يؤدي إلى ارتباطه، وبالتالي تخفيض الشعور بالقلق والتوتر (الخالدي، 2009).

6- **التكوين العكسي (Formation)**

وهو إخفاء الدافع الحقيقي عن النفس إما بالقمع أو بكبته، ويساعد هذا الميكانيزم الفرد كثيراً في تجنب القلق والابتعاد عن مصادر الضغط فضلاً عن الابتعاد عن المواجهة الفعلية، فإنه قد يظهر سلوكاً لكنه يخفي السلوك الحقيقي، فإظهار سلوك المودة والمحبة المبالغ فيهما، قد يكون تكويناً عكسياً لحالة العدوان الكامن الذي يمتلكه الفرد في داخله (عوض ودمنهوري، 1999).

حيث يتم من خلال هذا الأسلوب الدفاعي تكوين سمة شخصية أو ميل أو دافع غير مرغوب فيه يوجد دفيناً في الشخصية، وتتم هذه العملية بشكل لا شعوري، يحدث تغير جوهري لهذه السمة أو الميل أو الدافع فينقلب إلى الضد تماماً في شعور الشخص، وهذا يعني أن شعور الفرد يكون مضاداً تماماً لما هو موجود في اللاشعور(Dorpat,1998).

7- **التعويض (Compensation)**

حيلة دفاعية لاشعورية يلجأ إليها الإنسان حينما يبتغي سلوكاً يعوض فيه شعوراً بالنقص، وقد يكون هذا الشعور وهمياً أو حقيقياً، سواء كان جسمياً أو نفسياً أو مادياً، والتعويض محاولة لاشعورية تهدف للارتقاء إلى المستوى الذي وضعه الإنسان لنفسه، أو الذي فرض عليه من علاقته بالآخرين، وقد يهدف الإنسان إلى تغطية الشعور بالنقص أو تحقيق مكاسب ذاتية مثل لفت الانتباه والعطف والاحترام أو إثارة الآخرين؛ كما يعد التعويض أسلوباً آخر من أساليب (الأنا) اللاشعورية التي تلجأ إليها لمواجهة ضغوطات المحفزات اللاشعورية على الدفاعات التي أنشأتها (الأنا) وتظهر هذه الحيل الدفاعية من المبالغة التي تبدو على سلوك الفرد خاصة إذا فقد فرد ما خاصية معينة تجعله يشعر بالألم من جراء فقدانها(المليجي،2000).

8- **التقمص(Identification)**

يشير التقمص إلى محاولة تبني قيم واتجاهات لأفراد أو جهات أخرى بهدف حماية الذات من الشعور بالفشل، فالفرد الفاشل اجتماعياً قد يتحد مع جهات ومؤسسات اجتماعية جيدة أو منظمات ناجحة للحصول على النجاح الذي لم يستطع اختياره سابقاً؛ ويستخدم حيلة التقمص بكثرة الأفراد الذين يعانون مشاعر الإحباط

والفشل في تحقيق ذواتهم أو الوصول إلى مستوى مقبول من الاتزان الشخصي أو الحماية النفسية عندما يشعرون في بعض المواقف أنهم بحاجة إلى الالتصاق بأفراد يجدون فيهم القوة (الرفاعي،2010).

والتقمص ميكانيزم يستطيع الفرد عن طريقه إشباع حاجاته الأساسية التي يشعر أنها لم تشبع بعد، فيربط نفسه بشخص آخر ويشعر بالتوحد معه، كأن يشعر بنواحي قصور معينة ويتوحد مع أناس ناجحين لكي يشعر ببعض من الفخر الذي يعكسه هؤلاء الناس عليه (عبد الخالق،1999).

9- **الإنكار (Denial)**

ومن خلاله ينكر الفرد حقيقة واضحة قائمة أمامه، ويتصرف وكأن هذه الحقيقة لا وجود لها على أرض الواقع، ويختلف الإنكار عن الكذب بأنه في حال الكذب يكون الفرد على وعي بأنه يخفي حقيقة ما، أما في حالة الإنكار فالفرد لا يكون على وعي بذلك، ويستخدم الناس الإنكار استجابة أولى في حالة الأخبار السيئة بحيث تظهر استجابات مثلاً: هناك خطأ في نقل الخبر(Corey,2001).

ويتشابه الإنكار مع عملية الكبت في دوره في إزالة ونقل المحتويات المؤلمة والمهددة إلى الجانب اللاشعوري للفرد، ويفسر الإنكار على افتراض أحداث تشويه وتغير لما يفكر أو يشعر به الفرد نحو خبرة معينة تنطوي على الألم والتهديد، ويهدف المراهق من استخدام الإنكار إلى تجنب القلق (Loeb,1992).

10- **التسامي (Sublimation)**

وهو أن يحول الفرد النزعات والرغبات العدوانية والجنسية إلى نشاطات ذات قيمة، فالمراهق الذي يمتلك طاقة جنسية كبيرة يقوم بالانشغال بالألعاب الرياضية المختلفة، والشاب قوي البنية يتجه للخدمة العسكرية وهكذا (زهران،2003).

ويطلق فرويد(Freud) مصطلح التسامي على قدرة الفرد على تغيير الهدف الجنسي أو العدواني الأصلي بهدف آخر غير جنسي، أو غير عدواني، ولكنه يمت إليه بصلة نفسية؛ ويوضح فرويد عملية التسامي من خلال تحويل النشاط الغريزي إلى نشاط متسامٍ يتم عن طريق مرحلة متوسطة، فيتم سحب (الليبيدو) أولاً إلى (الأنا) مما يمكن من تجريد الموضوع أولًا من الشحنة الغريزية، ثم يوجه (الأنا)

الليبيدو إلى موضوع آخر ليست له طبيعة غريزية ويشير فرويد إلى الليبيدو الأنا كونه شحنة قوية متسامية مجردة من الجنسية يمكن أن تتحقق منها إقامة العلاقات والصلات واستحداث التوحيد، وإنشاء تركيبات جديدة أرقى ومنها ثقافية (الخالدي، 2009).

ويستخدم التسامي في العلاج النفسي أيضاً عندما يحاول المعالج أن يستكشف الأسباب الحقيقية لسوء التكيف ثم يعمل على توجيهها إلى المناشط البديلة التي تسبب شعوره بالاتزان والرضا عن ذاته (Corey,2001).

11- **التبرير (Rationalization)**

ادعاءات لاشعورية تقوم أساساً على تحليل السلوك بأسباب تبدو منطقية، ولكنها تتصف بالانفعالية، وهو اختيار أسباب تبدو معقولة لما يصدر عن الفرد من أنماط سلوكية خطأ، وهو أيضاً التشبث بأعذار توحي للآخرين أنها صحيحة ومقنعة ولكنها ليست حقيقية، كتبرير طالب لكراهيته لأحد مدرسيه نتيجة سلبية تجاهه نحو (بأنه فاشل في إيصال مادته العلمية) أو سلبية اتجاهه نحو مادة دراسية معينة وعدم قدرته لاستيعابها (على أنها مضطربة وغير متسقة في محتواها) أو تبرير فرد ما لفشله في الوصول إلى هدف معين بأنه غير مجد ولا يحتاج إلى بذل الجهد لتحقيقه؛ فالتبرير هو حيلة يلجأ إليها المقصر والفاشل، بل إن سلوك هؤلاء الأفراد يستدل عليه من تبريراتهم (Sharf,2000).

إن آليات الدفاع لا تعمل مستقلة ولكنها تعمل معا فمثلاً يعمل الإنكار والكبت، ثم التحويل، ومن ثم بعد ذلك الإسقاط ؛ فالفرد يدرك أن هناك بعض الصفات لا تتفق مع ذاته، فيقوم بإنكارها ثم يحاول كبتها، ثم يحولها إلى بعض الأفراد الذين يكرههم، ومن ثم ينسب هذه الصفات غير المرغوب بها، ويبدأ يتصور أن هذه الصفات هي فيهم وتنسب إليهم؛ مثلاً: إذا كان المراهق يكره الآخرين، فيقوم بعملية الإسقاط، وذلك بتحويل كراهيته على الآخرون، ويبدأ بتصور أن الآخرين هم الذين يكرهونه، وبالتالي فمادام الآخرون يكرهونه فهو يكرههم (أبو اسعد،2015).

الرضا عن الذات Self - Satisfaction

سيتم التطرق إلى مفهوم الذات ومنه سيتم الانتقال إلى الحديث حول الرضا عن الذات.

إن مفهوم الذات بناء فرضي نظري استعمله علماء النفس الظاهريون لتمثيل الثبات والاتساق والتنظيم في الشخصية وشرحها؛ وإن الذات تبدو كبناء أو تركيب معقد لعدد من المظاهر المتداخلة إنه المفهوم الشامل الذي يتضمن كل النماذج التالية (أبو زعيزع،2001):

1- الإحساس الذي يمر به الفرد على أنه هو نفس الشخص طوال الزمن.
2- الصفات الجسدية للفرد كما يختبرها بنفسه كشخص.
3- السلوك الماضي للفرد كما يتذكره ويختبره وخاصة المدركات سواء تلك التي حدثت بالصدفة أم نتيجة تحكمه بها.
4- خبرة الفرد بوحدة وتنظيم المظاهر المختلفة لمفهوم الذات الخاص النوعي.
5- التقويمات والأفكار والذكريات.
6- الدرجات المختلفة للشعور واللاشعور.

وعرفها أيضاً (Corey,2001) بأنها تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقويمات الخاصة بالذات يبلورها الفرد، ويعده تعريفاً نفسياً لذاته، ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المنسقة المحددة الأبعاد عن العناصر المختلفة لكينونته الداخلية أو الخارجية؛ وتشمل هذه العناصر:

1- المدركات والتصورات التي تحدد خصائص الذات كما تنعكس إجرائياً في وصف الفرد لذاته كما يتصورها "مفهوم الذات المدرك".
2- المدركات والتصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد أن الآخرين في المجتمع يتصورونها والتي يتمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين "مفهوم الذات الاجتماعي ".
3- المدركات والتصورات التي تحدد الصورة المثالية للشخص الذي يود أن يكون "مفهوم الذات المثالي".

إن وظيفة مفهوم الذات وظيفة دفاعية وتكامل وتنظيم وبلورة عالم الخبرة المتغير الذي يوجد الفرد في وسطه؛ ولذا فإنه ينظم ويحدد السلوك، وينمو تكوينياً كنتاج التفاعل الاجتماعي جنباً إلى جنب مع الدفاع الداخلي لتأكيد الذات، وبالرغم من أنه ثابت تقريباً إلا أنه يمكن تعديله تحت ظروف معينة(جبل،2000).

كما يُعدّ الرضا عن الذات بمثابة التقويم الموضوعي لدى المراهق، حول درجة الأهمية لمتطلباته، واحتياجاته، وأمنياته، وأهدافه المستقبلية، وقيمه التي من الضرورة إشباعها في مجالات الحياة كافة، وفي المدرسة، والمنزل، والمجتمع (King, 2005).

كما يُعرف الرضا عن الذات بأنه: بنية نفسية متعددة الأبعاد ترتبط بالعديد من المتغيرات النفسية الهامة، كالضغوط وتقدير الذات، وتعدّ هذه البنية المؤشر الأساس للنجاح في التوافق مع ظروف الحياة المختلفة، ويُعرف أيضاً بأنه شعور المراهق وتقديراته المعرفية لجودة حياته، والذي يعكس تقديره العام لنواحٍ معينة في حياته كالأسرة، والذات(Merrell,1998).

ويعد الرضا عن الذات عن مدى تقبل المراهق لذاته، ولأسلوب الحياة التي يحياها في المجال المحيط به، من خلال توافقه مع ذاته وأسرته، وتقبله لأصدقائه ورضاه عن أدائه في عمله والإنجازات التي حققها، وتفاؤله بالمستقبل، ومقدرته على تحقيق أهدافه وتقبله لبيئته المدركة وتفاعله مع جوانبها (رضوان وهريدي، 2001).

كما يقصد بالرضا عن الذات أن يدرك المراهق ما زود به من إمكانات، وأن ينجح في تحقيق هذه الإمكانات، وأن يرضى عن نجاحه في تحقيق ما زود به من دلالات الصحة النفسية، وأن يدرك المراهق أن الأفراد يختلفون فيما بينهم من حيث ما يمتلكونه من إمكانات عقلية أو انفعالية أو دافعية، وأن يدرك أيضاً بأن هناك عوامل متعددة أدت إلى هذه الاختلافات، وأن الإنسان لابد من أن يمتلك القناعة عما زود به من إمكانات وقدرات، وعليه المثابرة لاستثمارها لصالحه ولصالح مجتمعه، وأن رضاه لما يحقق قائم على إدراك واقعي للحياة التي يعيشها (الخالدي،2009).

ويعد مفهوم الرضا عن الذات من المفاهيم النفسية التي حظيت باهتمام متزايد من الباحثين في مجال علم النفس والصحة النفسية كروجرز وماسلو، وذلك لأن الرضا الذاتي مؤشرٌ هامٌ للدلالة على التوافق والصحة النفسية لدى المراهق، ويمثل أقصى هدف يطمح إليه المراهق، وذلك من أجل تجنب الإحباطات والضغوطات التي يمر بها في المواقف المختلفة في الحياة (بني إسماعيل،2011).

ويتضمن الشعور بالرضا عن الذات عنصرين يرتبطان مع الرضا العام وهما:

تقديرات الذات Self–Esteem **والشعور بالضبط الداخلي**Internal Control

وهو تحكم الفرد بانفعالاته، وتدعيمات سلوكه؛ حيث يميل الفرد ذو الدرجة العالية من الضبط الداخلي إلى تحمل مسؤولية أفعاله، ويرى نفسه على أنه يستطيع التحكم في مصيره، بينما يميل الفرد ذو الدرجة العالية من الضبط الخارجي إلى رد سلوكه وعزو نجاحه أو فشله إلى مصادر وقوى خارجية سواء كانت الصدفة أو الحظ أو الآخرين (أبو غزال،2007).

ومن السمات الشخصية المرتبطة بالسعادة، هي الانبساطية حيث تعد من أبرز الخصائص الشخصية اتساقا في ارتباطها بشعور الفرد بالرضا، وأن هذه العلاقة الارتباطية القوية تجعل من الانبساط منبئًا للسعادة خصوصاً إذا ما قسمنا الانبساط إلى مكونيه: الاجتماعية والاندفاعية، فإن مكون الاجتماعية هو الذي يتنبأ بالسعادة فالأفراد الذين يتصفون بالانبساطية يمتلكون مشاعر واضحة بالبهجة والسرور (الخالدي، 2003).

ويوصف الأفراد ذوي الدرجة العالية في الضبط الداخلي بأنهم يعتقدون أن الأحداث تقع تحت سيطرتهم وليست راجعة إلى الآخرين أو إلى القدر او إلى الحظ وأن الشعور الذاتي بالهناء والراحة النفسية يزيد لدى أولئك الذين يتصفون بارتفاع درجة الضبط الداخلي، وكذلك لدى من يعتقدون أن لديهم مساحة واسعة للاختيار فيما يودون فعله على عكس الأفراد الذين خبروا الكثير من أحداث الحياة السالبة يصبحون تعساء ويشعرون أنهم غير قادرين على التحكم في الأحداث بل إن الأحداث هي التي تتحكم فيهم (رضوان،2007).

كما أن الطلاب يشعرون بدرجة أعلى من المساعدة إذا امتلكوا القدرة على ضبط النفس، واستطاعوا حل صراعاتهم الداخلية، وتحقيق درجة مناسبة من التكامل في شخصيتهم، وأن الذين يكشفون عن درجة منخفضة من التفاوت بين صورة الذات والذات المثالية، أو بين التطلعات والإنجازات هم أكثر شعوراً بالسعادة (إبراهيم، 2000).

وقد أشار داينير(Diner) إلى نتائج دراسة تحليلية لشخصية الطلاب السعداء والتعساء بأن صورة الذات لديهم كانت على النحو التالي: "إن صورة الذات المركبة التي قدمها تسعة طلاب سعداء هي عبارة عن شخص دافئ وصادق ومخلص، يشعر براحة في علاقاته الطيبة، ذي ضمير واعٍ ومدرك، قادر على مواجهة الأحداث، متفائل وغير متشائم؛ ونادراً ما تنتابه فترات من الاكتئاب، وإن حدثت فإنه يجعلها فترات تأمل، وبحث في الذات، وتفكير في وضع حلول للمشاكل، حيث يدرك أن لكل مشكلة مهما كانت صعوبتها حلاً "(Diner,2000).

إن الحديث عن الرضا عن الذات أحد أبرز مظاهر الصحة النفسية للطالب، يتسع ليشمل جوانب متعددة، فضلاً عن تلك الجوانب المهمة التي وضعناها بنظر الاهتمام وتحدثنا عنها؛ فهناك من الناس من يميل إلى أن يكون سعيداً في حياته العامة رغم الاختلافات في الحالة المزاجية التي تعود إلى ما يتعرضون إليه من أحداث ومواقف متغيرة ومتنوعة؛ فالسعادة تكوين أكبر يشمل جوانب متعددة تتضمن اختيار المواقف المدعمة، والنظر إلى المشرق من الأمور، والمستوى المرتفع من تقدير الذات، والانبساطية، والضبط الداخلي، وغياب الصراعات الداخلية، والعلاقات الاجتماعية الحسنة، والاتجاهات الموجبة نحو جوانب العمل المختلفة؛ والدافعية إلى الإنجاز، واستثمار أوقات الفراغ، وتنظيم وإدراك الزمن (مرسي، 2002).

إن هذه الجوانب ترتبط بالشعور بالرضا،وترتبط بالصحة النفسية ارتباطا وثيقاً يؤثر كلاهما في الآخر؛ ويميل الطلبة التعساء إلى الشعور بالوحدة، والعصابية، والاكتئاب، واجترار الأحداث، والذكريات المؤلمة، وسلبية الاتجاه نحو العمل والإنتاج؛ وعزو الفشل إلى الذات، وضعف الإحساس بالقيمة الذاتية وانعدام العلاقات

الاجتماعية؛ إن هذه الجوانب ترتبط بالشعور بالتعاسة وترتبط بسوء الصحة النفسية؛ فالسعادة تعني (بلوغ الرضا)،أما التعاسة فهي "الشعور بعدم الرضا"(عبد السلام، 2003).

ويرتبط الرضا عن الذات أيضا بالشعور بالسعادة حيث إن الشعور بالسعادة يعني الشعور باعتدال المزاج، والتعبير عن الرضا عن الحياة، والفرد قد يصف سعادته على أساس شعوره بالبهجة، والاستمتاع؛ فالبحث في مكونات هذا الشعور بالارتياح والسعادة يؤدي إلى القول بوجود بعدين مستقلين جزئياً يتسق كل منهما مع واحد من هذين الجانبين (أبو غزال، 2007).

كما أن التعبير عن الرضا عن الذات يقترن بالصحة النفسية، ويزداد بوجود علاقات اجتماعية معينة، ويقل بفقدان هذه العلاقات، وبزيادة أحداث الحياة؛ فهي إذاً تقديرات ذاتية لمدى الرضا الذي يشعر به الأفراد؛ إلا أن التقديرات لا تتسق دائما مع المقاييس الموضوعية، أو مع تقديرات الآخرين (Diner,2000).

وترتبط التقديرات الذاتية بما يفهمه الأفراد لما يتضمنه الشعور (بالرضا التام) مثلاً، حيث إذا قالوا إنهم راضون جداً عن عيشهم في بيت من الطين، فلا بد أن نفترض أنهم راضون بالفعل؛ فضلاً عن وجود ميل عام إلى المبالغة في التعبير عن درجة السعادة، بينما يدعي معظم الناس أنهم راضون جداً، فإن قليلاً منهم يعترف بأنه مكتئب، أو يشعر بالقلق، أو بسوء الصحة النفسية (عبد الخالق، 1999).

فالشعور بالرضا وعدم الشعور بالرضا هما بعدان مستقلان عن بعضهما، لأن المراهق لا يمكن أن يشعر بالرضا وعدم الرضا في آن واحد، ويعزز هذا المنحى في الاستقلال النسبي لمشاعر الرضا عن مشاعر عدم الرضا يأتي من خلال اختلاف المتغيرات المرتبطة بكل منهما، واستخدامها متنبئات لكل محك من المحكين، وقد حدد في دراساتهم بأن العوامل المرتبطة بالرضا هي: الانبساطية، التعليم، التوظف، المشاركة الاجتماعية، أحداث الحياة الإيجابية، والأنشطة الترفيهية المشبعة؛ بينما حددت العوامل المرتبطة بالشعور بعدم الرضا، وهي: العصابية، المكانة الاجتماعية المنخفضة، النساء، الصحة المعتلة، انخفاض تقدير الذات، أحداث الحياة السلبية "المشقة" (جبل، 2000).

كما عرف كينج (King,2005) الشعور بالرضا العام بأنه: تقدير عقلي لنوعية الحياة التي يعيشها الفرد ككل أو حكم بالرضا عن الحياة؛ ويمثل الشعور بالرضا عدداً من المقاييس النوعية للرضا، كالرضا عن العمل، أو الزواج، أو الصحة؛ ويتباين الشعور بالرضا لدى الناس باختلاف البيئات الاجتماعية، أو بين بلد وآخر، مثلا إن الشعور بالرضا في الزواج والحياة الأسرية أكثر ارتفاعاً في أمريكا، بينما يحتل الرضا عن العمل مكانة أعلى في بريطانيا، ويعتبر الرضا عن العمل في عدد من المجتمعات دلالة عن الشعور العام بالرضا عن الحياة؛ في حين أن البعض الآخر يرى أن العمل أقل أهمية من الحياة الأسرية والأنشطة الترويحية أو المسكن أو جوانب الحياة الأخرى.

وتحافظ عملية الدفاع على الاتساق والتجانس الثابتين بين الذات والخبرة؛ ويضع روجرز(Rogers) طريقتين يمكن فيهما تحقيق هذا الهدف:**التشويه أو التحريف الإدراكي**(Perceptual distortion) **والنكران** (Denial).

1- **التشويه الإدراكي**: عن طريقه يغير الطالب (يشوه ويحرف) الخبرات التي يمر بها لتصبح متجانسة ومتفقة مع الذات أو مفهوم الذات؛ فمثلاً الفتاة المراهقة التي تُعد ذاتها شعبية ومعروفة اجتماعية، تصبح على وعي بأن لا أحد يسألها ما ستفعله في نهاية الأسبوع؟ إنها قد تشوه هذا وتحرفه بقولها لذاتها: إن رفاقها لا يسألونها لاعتقادهم بأنها ستكون مشغولة في نهاية الأسبوع (وذلك لأنها غير شعبية أو اجتماعية)؛ ومن هذا المنظورالفينومنولوجي، فإن التشويه الإدراكي يغير الخبرة ذاتها، إن للخبرات حقيقة ذاتية واحدة، والخبرة الوحيدة هي إدراك الشخص لها.

2- **النكران**: هو عملية الدفاع الأخرى التي يتم اللجوء إليها لمواجهة القلق والتهديد إنها تمنع الشخص من أن يكون واعياً بالخبرة التي تكون متناقضة مع الذات وغير متجانسٍ معها؛ وبطريقة أخرى، فإننا نقنع أنفسنا بأن الخبرة غير موجودة أو لم تحدث، ويمكننا استخدام المثال السابق عن الفتاة المراهقة التي وصفت نفسها بأنها معروفة اجتماعيا، يمكنها أن تنكر (Deny) الخبرة المهددة باعتقادها

وتفكيرها إن رفاقها قد دعوها ولكنها رفضت الدعوة؛ من الناحية الظاهرية (الفينومنولوجية) يُعد نكرانها للخبرة أنها غير موجودة (حسين،2004).

إن كلا النظريتين نظرية الذات (The Actualizing Tendency) لروجرز (Rogers) والنظرية التحليلية (Psychoanalysis Theory) لفرويد (Freud) تضعان مصادر مختلفة تماماً للتهديد والقلق: فمصادر التهديد هي الدوافع الجنسية والعدوانية في التحليل النفسي، في حين تكون الخبرات المتناقضة وغير المتجانسة مع الذات في نظرية روجرز، ومع ذلك تبقى الطرق الرئيسة التي يتبعها الناس في الدفاع متشابهة (زهران،2003).

وتوضح هذه الحالة ما تم ذكره سابقاً (الفقي،2000):

رجل نشيط يعمل لمدة (12 – 14) ساعة في عمله يومياً، وينظر إلى نفسه على أنه رجل وأب مخلص متفانٍ.

1- **التشويه الإدراكي**

- كالتبرير عند قوله: عليَّ أن أعمل بجد لكي ألبي حاجات الأسرة.
- والتخيل عند قوله: أنا دائماً أقوم بأعمال مع الأسرة.

2- **تشويه إدراكي ونكران**.

- رد فعل معاكس عند قوله: أصرف أكثر وقتي مع عائلتي وبذلك كثيراً ما أتجاهل عملي وأهمله.
- والإسقاط عند قوله: إن من المزعج أن يعمل بعض الأشخاص بجد بحيث ليس لديهم وقت من أجل أسرهم.

3- **النكران**

- والنكران عند قوله: أصرف معظم وقتي مع عائلتي كما أقضيه في عملي.
- والكبت عند قوله: يعي الرجل تماماً أن وقتاً قليلاً فقط يقضيه مع عائلته.

خصائص مرحلة المراهقة

يتصف الطالب في هذه المرحلة بمجموعة من الصفات والخصائص منها:

أولاً: النمو الجسمي

وهو المظهر الرئيسي ومحور الاهتمام في هذه المرحلة حيث التغير الجنسي، وهو نضج الأعضاء التناسلية عند الذكر والأنثى وكبر حجمهما والتغيرات الجسمية المميزة للمراهقة؛ ينظر المراهق إلى جسمه كمركز للذات، ويكون المراهق صورة ذهنية للجسم ويهتم المراهق بمظهره الجسمي وصحته الجسمية وقوة عضلاته ومهاراته الحركية، ومن المعروف أن المظهر الخارجي والجسمي له أهمية في التوافق الاجتماعي (عوض، 1999).

ثانياً: النمو العقلي

مرحلة المراهقة هي فترة النمو العقلي التي يصبح فيها الكئن قادراً على التفسير والتوافق مع البيئة ومع ذاته، والمكانة العقلية تعتبر عاملاً محدداً في تقييم قدرات الفرد واستعداداته، ففي مرحلة المراهقة ينمو الذكاء العام ويسمى القدرات العقلية العامة، وكذلك تتضح الاستعدادات والقدرات الخاصة.

ثالثاً: النمو الاجتماعي

يكون الانتقال من الطفولة إلى الرجولة في المجتمعات البدائية انتقال مباشر، أما في المجتمعات المتحضرة فأن المراهقة قد تتخذ أشكالاً مختلفة حسب الظروف الاجتماعية والثقافية التي يعيش في وسطها المراهق وعلى ذالك فهناك أشكال مختلفة للمراهقة منها المراهقة العدوانية والمراهقة الانسحابية (الانعزال والانفراد) والمراهقة السوية الخالية من المشكلات والصعوبات؛ حيث تتصف مرحلة النمو الاجتماعي بالمظاهر التالية:

1- نمو الذكاء الاجتماعي: ينمو في هذه المرحلة الذكاء الاجتماعي وهو القدرة على التصرف في المواقف الاجتماعية والتعرف على الحالة النفسية للمتحدث.
2- روح الدعابة والمرح: يتسم المراهق في هذه المرحلة بروح الدعابة والمرح ونقول عنه " أنك تجد السرور والبهجة إلى جانبه "
3- التمرد على القيود الاجتماعية: يكون للمراهق الرغبة في توجيه الذات وتبدو واضحة في محاولته في كسر القيود التي توضع على نشاطاته ومحاولاته المستمرة لتحقيق الاستقلال، ونجد المراهق يتحدث ويدافع كثيراً عن حقوقه

ويدافع عن مكانته مما يؤدي إلى سوء فهم بينه وبين والديه، ومما يعيق نمو الاستقلال لدى المراهق هو اختلاف المعايير بين جيل الكبار وجيل المراهقين (زهران، 2005).

خصائص المراهق الذي يتميز بالرضا عن الذات

لكي يكون المراهق متمتعاً بالرضا الذاتي، ويحقق سعادته يجب أن يكون معافىً في بدنه، مشبعاً لحاجاته الفسيولوجية، ملبياً للمتطلبات الاجتماعية مع الآخرين، وحسن السيرة بين الناس، وناجحاً في عمله، وقادراً على أداء المهمات الصعبة، وممارسة الهوايات المحببة، الشعور بحب الجمال، مستمتعاً بالمناظر الطبيعية، وأن يكون صحيح الفكر وسليم الاعتقاد، وأن يكون راضياً عن ذاته (عودة، 2010).

يزداد الوعي بالذات لدى المراهق، ويكون دقيقاً في تقويم تلك الذات، كما تؤثر قوة الذات ونموها لدى المراهق على مواقفه الاجتماعية وعلى بيئته التي يعيش فيها؛ وتتكامل الذات تبعا لنموه، وتعدل صورة المثالية لديه؛ ومنها يبذل المراهق جهودا لتدعيم الذات والمحافظة عليها حيث يزداد اهتمامه بخبراته وأفكاره وأوجه نشاطه، كما إن الخبرات الجديدة في ممارسة المراهق للمهنة أو الزواج تؤدي هي الأخرى إلى نمو ذاته وقوتها(أبو غزال،2007).

تلعب القدرة العقلية دوراً هاماً في الرضا عن الذات، فالمراهق في سن المدرسة مطالب بإبراز قدراته العقلية في التحصيل لنيل رضا مدرسيه، أو للمقارنة مع زملائه، ويؤثر مستواه المرتفع أو المنخفض في رضاه عن ذاته (القوصي، 2000).

أيضاً الخصائص الجسمية تلعب دوراً كبيراً في رسم صورة الذات لدى المراهق عن نفسه، فحجم الجسم، والعضلات القوية، والقدرة على التحمل، وتناسق الجسم وخاصة عند الأنثى، ونظرة الآخرين لها، تساعد في تكوين مفهوم ايجابي للذات، والنقص في هذه الجوانب يحدث تكوين مفهوم سلبي للذات وبالتالي عدم الرضا عنها عند المراهقين (أبو اسعد، 2015).

الرضا عن الذات يعتبر من اهم مكونات السعادة في الدنيا، وعلى المراهق أن يكون راضياً عن ذاته كما هي، ويسعى إلى تنميتها، من أجل صحته النفسية التي تقوم على الرضا بمظهره وصحته وأسرته وزملائه وجيرانه حتى يعيش في امن وسلام مع نفسه ومع الآخرين (مرسي، 2000).

2.2 الدراسات السابقة

لا يوجد دراسات مباشرة حول موضوع الدراسة الحالية حسب اطلاع الباحث، لذلك قام الباحث بمراجعة واستعراض الدراسات المرتبطة بالموضوع، والتي تدرس متغيرات الدراسة الحالية، وفيما يلي عرضٌ لتلك الدراسات مرتب ترتيباً زمنياً من الأقدم إلى الأحدث وهذه الدراسات:

الدراسات العربية:

أجرى (صادق،1997) دراسة بعنوان الرضا عن الذات ومقارنتها بالزملاء دراسة على الأطفال المتفوقين والمتأخرين دراسياً من الجنسين، حيث تكونت عينة الدراسة من (433) طفلاً من الذكور والإناث من مصر، وقد تم استخدام مقياس مفهوم الذات (بيرس _ هارس) ومقياس مفهوم الذات للأطفال (طلعت منصور وآخرون) واستمارة بيانات أساسية، وقدَ أظهرت أهم النتائج أن الإناث المتفوقات دراسياً أكثر رضا عن ذواتهن في بعد الخبرات المدرسية بينما الذكور المتأخرين دراسياً أقل رضا عن ذواتهم في ضوء المجموعات المقارنة، وأيضاً أن الإناث أكثر رضا عن ذواتهن في بعد العلاقات مع الأصدقاء، وأن الذكور المتفوقين دراسياً أكثر رضا عن ذواتهم في بعد الخبرات الأسرية.

أجرى (فضة، 2001)دراسة بعنوان ميكانيزمات الدفاع لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالتحصيل الدراسي، وتكونت عينة الدراسة من (300) طالبا وطالبة من جامعة الزقازيق بمصر، طبق عليهم مقياس ميكانيزمات الدفاع من إعداد الباحث، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط موجب بين ميكانيزمات الدفاع والتحصيل الدراسي، ولم تظهر النتائج وجود فروق في ميكانيزمات الدفاع تعزى لمتغير النوع الاجتماعي.

كما أجرت (جودة، 2009) دراسة بعنوان الميكانيزمات الدفاعية وعلاقتها بالعصابية والرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الأقصى، حيث كشفة عن الميكانيزم الأكثر استخداماً لدى عينة الدراسة، وتكونت عينة الدراسة من (123) طالبا وطالبة من جامعة الاقصى بفلسطين، وتم استخدام مقياس الميكانيزمات الدفاعية لاليفتش وجليسر (Ihilevich&Gleser) تعريب مجدي الدسوقي، ومقياس العصابية المتضمن بقائمة ايزنك للشخصية ومقياس دينر (Diener) للرضا عن الحياة، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ايجابية بين الإسقاط والعصابية وعلاقة سلبية بين التحول العكسي والعصابية، ووجود علاقة سلبية بين التحول أو الانقلاب ضد الآخرين والرضا عن الحياة وعلاقة ايجابية بين التحول العكسي والرضا عن الحياة، كما تبين أن ميكانيزم التحول العكسي الأكثر استخداماً لدى عينة الدراسة، بينما لم تظهر النتائج وجود فروق في ميكانيزم التحول ضد الذات بين الجنسين، بينما تبين وجود فروق في (الانقلاب ضد الآخرين، والإسقاط، والتحول العكسي) لصالح الذكور، وفي ميكانيزم تزييف الواقع كانت الفروق لصالح الإناث.

كما أجرى (بني أسماعيل،2011) دراسة بعنوان الرضا عن الحياة لدى المراهقين وعلاقته بأساليب التنشئة الأسرية والرضا عن الأداء المدرسي وفاعلية برنامج تدريبي في تحسين الرضا عن الحياة لديهم ، وتكونت عينة الدراسة من (412) طالباً وطالبة، وقد أستخدم الباحث في دراسته مقياس الرضا عن الحياة، ومقياس أساليب التنشئة الأسرية، ومقياس الرضا عن الأداء المدرسي، وأظهرت النتائج أنَ درجة الرضا عن الحياة لدى أفراد عينة الدراسة كانت عالية، وبينت النتائج عدم وجود فروق ذات دلاله إحصائية بين متوسطات تقديرات أفراد عينة الدراسة على مقياس الرضا عن الحياة تُعزى لمتغير الجنس، ما عدا بُعد الرضا عن الأسر حيث كانت المتوسطات لدى الإناث أعلى من الذكور.

قام (بكر، 2012) بدراسة بعنوان الحيل الدفاعية في المراهقة لدى عينة من المصريين والسعوديين مكونة من (240) مراهقاً تم تقسيمها (140) مراهقاً من مصر مقسمين (70) ذكوراً،(70) إناثاً،(140) مراهق من السعودية مقسمين (70) ذكوراً، (70)إناثاً وعدد (4) ذكورًا وإناثاً؛ واستخدم الباحث اختبار تفهم الموضوع

TAT تعديل نجاتي و حمدي (2005)؛ واستبيان الميل نحو استخدام الحيل الدفاعية في مرحلة المراهقة من إعداد الباحث؛ وأسفرت نتائج تلك الدراسة أن هناك فروقــاً دالة إحصائياً في حيلة الكبت، الانسحاب، التكــوين العكســي، لصــالح مراهقــي السعودية عن مراهقي مصر، وأيضا لا توجد فروق دالة إحصائياً في حيلة التبرير، النكوص، التعويض بين مراهقي مصر و السعودية.

كما أجرت (البواليز، 2014) دراسة بعنوان رتــب الهويــة وميكانيزمــات الدفاع وعلاقتهما بالتحكم الذاتي لدى عينه من المراهقين في لواء المزار الجنــوبي محافظة الكرك، وتكونت عينة الدراسة من (410) طالباً وطالبــة مــن محافظــة الكرك، واستخدم الباحث الأدوات التالية (مقياس التحكم الذاتي ومقياس رتب الهوية وقائمة ميكانزمات الدفاع)، وأسفرت نتائج الدراسة إلى أن هناك علاقة ذات دلالــة إحصائية بين التحكم الذاتي وكل من ميكانيزمات الدفاع ، بينما لم تظهــر النتــائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التحكم الذاتي وميكانيزمات الدفاع ، وكــذلك ليس هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين كل من ميكانيزمات الدفاع والتحكم الذاتي تعزى لمتغير الجنس وحجم الأسرة.

الدراسات الأجنبية:

أجرى لفيت (Livet, 1991) دراسة بعنوان الفروق بين الجنسين في استخدام الميكانيزمات الدفاعية لدى عينة من (31 طالباً -25 طالبة) يدرسون في المرحلــة الثانوية من الولايات المتحدة الأمريكية، وأسفرت نتائج دراسته عن وجود فــروق تعزى لمتغير النوع في استخدام ميكانيزمات الدفاع، حيثُ تبين أن الــذكور أكثــر استخداماً لكل من الإسقاط والتحول ضد الآخرين، وأن الإنــاث أكثــر اســتخداماً لميكانيزم التحول ضد الذات.

وتناول هارت وكميل (Hart &Chmiel, 1992) دراسة بعنوان مدى تأثير الميكانيزمات الدفاعية على النمو الخلقي في مرحلة المراهقة وقد هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير ميكانيزمات الدفاع على النمو الخلقي على عينة بلغت (44) فرداً فــي مرحلة المراهقة تراوحت أعمارهم من 13-14سنة من الولايات المتحدة واســتمر تتبعهم لغاية سن 20سنة، حيث كان التعرف على أحكــامهم الخلقيــة وطموحــاتهم

وعلاقاتهم يتم من خلال المقابلات، وتم استخدام مقياس هـان (Haan) التصـنيفي لميكانيزمات الدفاع، وأشارت نتائج الدراسة إلـى أن المـراهقين ذوي الـدفاعات الناضجة أظهروا مراحل للحكم الخلقي أعلى مقارنة بذوي الدفاعات الأقل نضـجا، وتبين وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين دفاعي الموضوعية والعقلانية مـع الحكـم الخلقي، بينما تبين وجود علاقة سلبية بين دفاعات العزل والنكوص والانكار.

و قامت إريكسون وفيلدمان وستينر(Erickson, Feldman & Steiner, 1996) بدراسة بعنوان العلاقة بين ميكانيزمات الدفاع والتوافـق النفسـي بهـدف معرفة العلاقة بين الميكانيزمات والتوافق لدى عينة من المراهقين الأسوياء مكونـةً (140) طالباً وطالبة،في بروكسل، وأسفرت نتائجُ دراستهم عن وجود علاقة موجبة ودالة بين الميكانيزمات الناضجة والتوافق، وعلاقة سالبة ودالة بين الميكانيزمـات غير الناضجة والتوافق، كما أسفرت عن وجود علاقة دالة وسالبة بـين كـل مـن ميكانيزمي الإسقاط والنكوص والتوافق.

وقامت أرجـو وآخـرون (Araujo, Ryst& Steiner, 1999) بدراسـة بعنوان الميكانيزمات الدفاعية وعلاقتها بأحداث الحياة الضـاغطة حيـث تناولـت الدراسة الميكانيزمات الدفاعية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة مكونة من (78) مراهقة من الولايات المتحدة الأمريكية، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقـة موجبة ودالة بين أحداث الحياة الضاغطة واستخدام الميكانيزمات غيـر الناضـجة (التعويض السلبي، الإنكار، النكوص، توهم المرض، المحو).

وقام ستينر وأروجو وكوبمان (Steiner, Araujo, &Koopman, 2001) بدراسة بعنوان ميكانيزمات الدفاع والرضا عن الحياة على عينة مكونة من (1487 طالباً وطالبة في المرحلة الثانوية – 388 من الراشدين)، وأسفرت نتائج دراسـتهم عن قدرة الميكانيزمات الناضجة على التنبؤ بالرضا عن الحياة، كما أسفرت النتائج عن وجود فروق بين الجنسين في استخدام بعض ميكانيزمات، حيثُ تبين أن الذكور أكثر استخداماً لكل من الإنكار والكبت، وأن الإناث أكثر استخداماً لكل من التحول العكسي والمحو وتوهم المرض والمعالجة الفكرية.

وقامت ويلسون (Wilson, 2002) بدراسة بعنوان الفروق بين الجنسين في استخدام الميكانيزمات الدفاعية حيث تناولت الدراسة الفروق بين الجنسين في استخدام الميكانيزمات لدى عينة مكونة من (26 طالباً – 15 طالبة) يدرسون في المرحلة الثانوية بالولايات المتحدة الأمريكية، طبق عليهم قائمة الميكانيزمات الدفاعية، وأسفرت نتائج دراستها عن عدم وجود فروق في استخدام الميكانيزمات الدفاعية تعزى إلى متغير النوع الاجتماعي.

وقامت كريمر (Cramer, 2002) بدراسة تناولت الميكانيزمات الدفاعية والسلوك والوجدان لدى عينة مكونة من (45 طالباً – 46 طالبة) يدرسون في المرحلة الجامعية، وأسفرت نتائج دراستها عن وجود علاقة ارتباط موجبة ودالة بين ميكانيزم الإنكار والسلوك غير الناضج – النرجسية، نقص التفكير الواضح، التمركز حول الذات – لدى عينتي الذكور والإناث. وجود علاقة ارتباط موجبة بين الإنكار والقلق لدى الذكور والإناث، وعلاقة ارتباط موجبة بين الإسقاط والاكتئاب لدى الرجال، وعلاقة ارتباط سالبة بين الإسقاط والاكتئاب لدى الإناث. وكان الذكور أكثر استخداماً لميكانيزم الإسقاط.

وسعى كون (Kwon, 2002) إلى الكشفِ عن دور الميكانيزمات الدفاعية في تفسير اليأس والاكتئاب لدى عينة مكونة من (172) طالباً وطالبة يدرسون في المستوى الجامعي في الولايات المتحدة الأمريكية، وقد استخدم مقياس ميكانيزمات الدفاع، ومقياس الاكتئاب ومقياس اليأس، وتوصلت نتائج دراسته إلى وجود علاقة ارتباط موجبة ودالة بين الميكانيزمات غير الناضجة وكل من اليأس والاكتئاب.

وكما أجرت ويب (Wiebe, 2006) دراسة بعنوان الميكانزيمات الدفاعية لدى عينة من المراهقين مكونة من (106) مراهقاً، وكشفت نتائج دراستها عن وجود علاقة ارتباط موجبة ودالة بين الإسقاط والعدوان اللفظي والبدني، ومعامل ارتباط سلبي ودال بين الإنكار ومحاولات الانتحار، ووجود فروق تعزى إلى متغير النوع في ميكانيزم الإنكار عند مستوى (0.01) لصالح الذكور، وعدم وجود فروق تعزى لمتغير النوع ميكانيزمي التوحد والإسقاط، كما كشفت نتائج الدراسة عن قدرة

الإسقاط على التنبؤ بالسلوك العدواني، وقدرة الإنكار على التنبؤ بحماية الفرد مــن محاولات الانتحار.

وقــام ســتينر وآخــرون (Steiner, Erichson, Maclean, Medic, Plattner, &Koopman, 2007) بدراسة بعنوان العلاقة بين الوجدان وكل مــن الميكانيزمات الدفاعية والشخصية على عينة مكونة مــن (169) طالبــاً وطالبــة يدرسون في المرحلة الثانوية، وأسفرت نتائج دراستهم عن وجود علاقــة ارتبــاط موجبة ودالة بين الميكانيزمات غير الناضجة كالإسقاط والإزاحة والتفعيل والوجدان السالب، وعلاقة ارتباط موجبة ودالة بين الميكانيزمات الناضجة كالمعالجة الفكرية والمرح والوجدان الموجب، كما أسفرت نتائج الدراسة عن أن الميكريزمات الدفاعية أكثر قدرة من شخصية الفرد على التنبؤ بالوجدان في المواقف الضاغطة.

وقام وانغ، جين، لن، وهنــغ (Wang, Chen, Lin & Hung, 2008) بدراسة بعنوان العلاقة بين السعادة والرضا عن الحياة عند المراهقين مــن خــلال الاهتمام في الألعاب عبر الاتصال المباشر بالانترنت، حيث هدفت هذه الدراسة إلى البحث في مدى تأثير المتعة والرضا عن الحياة لدى المراهقين المهتمين بالألعــاب على الأون لاين (On Line)، حيث شارك المراهقون من عمر (13-18) سنة في هذا البحث، وبلغ عددهم (134) طالباً وطالبة ، وقد تم استخدام مقياسين هما مقياس المتعة، ومقياس الرضا عن الحياة. وأظهرت النتائج وجــود علاقــة ســلبية بــين الاستخدام المتكرر لموقع الويب "الموقع الإلكتروني" والرضا لدى المراهقين.

كما أجرى كوان(Kwan, 2010) دراسة بعنوان الرضا عن الحياة والتقييم الصحي الذاتي لدى المراهقين في هونغ كونغ، وقد تكونت عينــة الدراســة مــن (4502) من المراهقين في المدارس الثانوية في هونغ كونغ، وتمّ استخدام مقيــاس الرضا عن الحياة متعدد الأبعاد، فأظهرت النتائج أنّ المراهقين الصينيين يمتلكــون مستويات قليلة من التقييم الصحي الذاتي والرضا عن الحياة، في حين ارتبطت حياة المدرسة، والعائلة بمستوى متدنٍ جداً من الرضا، كما أشارت النتائج إلى أنّ وجود الأبوين كان دليلاً إيجابياً لرضا المراهقين عن حياتهم، في حين لم يــرتبط العامــل الاقتصادي بذلك.

وجاءت دراسة سليماني زاد وبور ونصـــيري (Salimynezhad, Poor, Nasiri, 2015) إلى الكشف عن علاقة كل من الصحة العامة والـــذكاء الانفعـــالي بميكانيزمات الدفاع لدى الطلبة بإحدى الجامعات بإيران، وتكونت عينة الدراسة من (120) طالباً وطالبة، وتم استخدام مقياس (DSQ- 40) لميكانيزمات الدفاع ومقياس بار-أون (bar _On) للذكاء الانفعالي ومقياس (Goldberg) للصـــحة النفســـية، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ايجابية دالة احصائيا بين الصحة العامة والذكاء الانفعالي من ناحية بميكانيزمات الدفاع من ناحية أخرى.

التعقيب على الدراسات السابقة:

تنوعت الدراسات السابقة من حيث أهـــدافها فمنهـــا مـــا تنـــاول علاقـــة الميكانيزمات الدفاعية ببعض المتغيرات كدراسة هارت وكميل (Hart &Chmiel, 1992) ، التي بحثت في أثر الميكانيزمات الدفاعية على النمو الخلقـــي، وركـــزت دراسات آخرى على العلاقة بين الميكانيزمات الدفاعية والتوافق كدراسة إريكسون وفيلدمان وستينر(Erickson, Feldman & Steiner, 1996).

كما تختلف الدراسات من حيث اختيار عيناتها فمنها ما استخدم عينات كبيرة كدراسة كوان(Kwan, 2010)، ودراسة ستينر واروجـــو وكوبمـــان (Steiner, Araujo, &Koopman, 2001)، بينما أستخدمت دراسات آخرى عينات صغيرة كدراسة هارت وكميل (Hart &Chmiel, 1992)، ودراسة كريمـــر (Cramer, 2002)، وشملت العينات طلبة المرحلة الثانوية كدراسة ستينر وآخرون (Steiner, et al., 2007)، ومنها ماشملت طلبة الجامعـــات كدراســـة ســـليماني زاد وبـــور ونصيري (Salimynezhad, Poor, Nasiri, 2015).

أما بالنسبة للأدوات فبعض الدراسات أستخدمت قائمـــة لاليفـــتش وجلســـر (Ihilevich& Gleser) تعريب مجدي الدسوقي كدراسة (جودة، 2009)، ومنهـــا ما أستخدم مقايس أخرى مثل مقياس (DSQ-40) كدراســـة ســـليماني زاد وبـــور ونصيري (Salimynezhad, Poor, Nasiri, 2015)،

وفيما يتعلق بالنتائج فقد تباينت الدراسات من حيـــث وجـــود علاقـــة بـــين الميكانيزمات الدفاعية وغيرها حيث تبين وجود أثر لبعض الميكانيزمات الدفاعيـــة

على الرضا كدراسة (جودة، 2009)، كما أن الدراسات قد اختلفــت مــن حيــث الميكانيزمات الأكثر استخداماً والفروق بين الجنسين في درجة الاستخدام كدراســة كريمر (Cramer, 2002).

ما يميز هذه الدراسة أنها تبحث في درجة استخدام الميكانيزمات الدفاعيــة لدى طلبة المرحلة الثانوية في الأردن- محافظة الكرك- لواء القصر، والكشف عن العلاقة بين الميكانيزمات الدفاعية والرضا عن الذات لديهم، واســتخدمه الدراســة قائمة ميكانيزمات الدفاع ومقياس الرضا عن الذات.

الفصل الثالث

المنهجية والتصميم

1.3 الطريقة والإجراءات:

تناول هذا الفصل الإجراءات التي قام بها الباحث في تصميم وتنفيذ الدراسة من حيث تحديد مجتمع الدراسة وعينتها، ومنهج الدراسة، وأدواتها، وكيفية تطويرها وطريقة تنفيذها وأسلوب تطبيق المعالجة الإحصائية اللازمة لها.

2.3 منهج الدراسة:

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي من خلال جمع البيانات وتحليلها للوصول إلى النتائج المتعلقة بالإجابة على أسئلة الدراسة.

3.3 مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع الطلبة في المرحلة الثانوية (الصف الأول ثانوي والصف الثاني ثانوي) في مديرية تربية وتعليم لواء القصر محافظة الكرك والبالغ عددهم (691) طالباً وطالبة منهم (344) طالباً و(347) طالبة وذلك حسب إحصائيات قسم التخطيط بالمديرية للعام الدراسي2016/2015م والجدول رقم (1) يبين ذلك(وزارة التربية والتعليم،2016).

جدول(1)

توزيع أفراد مجتمع الدراسة

المتغير	فئة المتغير	العدد	النسبة المئوية
النوع الاجتماعي	ذكور	344	%49.7
	إناث	347	%50.3
	المجموع	691	%100
الصف	أول ثانوي	353	%51
	ثاني ثانوي	338	%49
	المجموع	691	%100

وقد شكل طلاب الصف الأول ثانوي ما نسبته 51% من مجتمع الدراسة حيث بلغ عددهم (353) طالباً وطالبة، في حين شكل الصف الثاني ثانوي 49% من مجتمع الدراسة حيث بلغ عددهم (338) طالباً وطالبة.

4.3 **عينة الدراسة:**

تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية، مع مراعاة متغير النوع الاجتماعي حيث تم اختيار (227) طالباً وطالبة من مجتمع الدراسة منهم (112) طالباً و(115) طالبة وقد شكلت العينة ما نسبته (32.8%) من مجتمع الدراسة، وتم اختيار أفراد عينة الدراسة بالطريقة التالية:

1- تم حصر جميع المدارس التي تتضمن الصفوف من الأول ثانوي والثاني ثانوي.

2- تمت زيارة مدارس الذكور والإناث الثانوية الموجودة في منطقة لواء القصر.

3- تم اختيار (230) طالباً وطالبة، وتم توزيع(230) نسخة من مقاييس الدراسة، حيث تم استثناء (3) نسخ لعدم استكمال الإجابة، وبقي (227) نسخة وهي العينة المطلوبة منها (112) طالباً و (115) طالبة، والجدول رقم (2) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة حسب مستويات متغيراتها.

4- تم تطبيق المقياس على كل طلبة الصف بغض النظر عن المستوى التحصيلي.

جدول رقم (2)

توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيراتها

المتغير	فئة المتغير	العدد	النسبة المئوية
النوع الاجتماعي	ذكور	112	%49.3
	إناث	115	%50.7
	المجموع	227	%100
مستوى التحصيل	ممتاز	29	%12.8
	جيد جداً	72	%31.6
	جيد	95	%41.8
	مقبول	31	%13.6
	المجموع	227	%100

يلاحظ من الجدول (2) أن العدد الأكبر من الطلبة كانوا من ذوي المستوى الجيد في مستوى التحصيل حيث شكلوا ما نسبته 41.8%، ثم جاء بعدا ذلك الطلبة من ذوي المستوى الجيد جداً في مستوى التحصيل شكلوا ما نسبته 31.6%، والطلبة ذوي المستوى المقبول من مستوى التحصيل شكلوا ما نسبته 13.6%، والطلبة ذوي المستوى الممتاز من مستوى التحصيل شكلوا ما نسبته 12.8%.

5.3 أداتي الدراسة:

لأغراض الدراسة الحالية تم استخدام الأدوات التالية:

أولا: قائمة ميكانيزمات الدفاع:

تم استخدام قائمة الميكانيزمات الدفاعية ل (البواليز،2014)، المطبق على نفس البيئة ونفس العينة وهو حديث ولذلك لم يجرى له صدق وثبات، حيث تكونت القائمة من بيانات شخصية، النوع الاجتماعي ومستوى التحصيل؛ وجاءت خصائصه السيكومترية كما وردت في دراسة (البواليز، 2014) كما يلي:

1- **صدق المحكمين**: لتحقق من صدق أدوات الدراسة قامت الباحثة بإعداد استمارة تحكيم ، وقامت بعرضها على مجموعة من المحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص بمجال الإرشاد والقياس والتقويم، وطلبت منهم إبداء أرائهم وملاحظاتهم وضوح فقرات أدوات الدراسة ومدى ملائمتها وصياغتها اللغوية وأي ملاحظات أخرى

يرونها مناسبة، وقد إبداء المحكمين بعض الملاحظات على بعض الفقرات وتم الأخذ بها وتعديلها معتمداً الباحثة في ذلك على معيار نسبة اتفاق (80%) فما فوق لإبقاء الفقرة، وأقل من ذلك لحذفها أو تعديلها، وبناءً على رأي المحكمين تم حذف المواقف التالية (6,7,8,9,10) وتعديل المواقف التالية (1,2,3,4,5) بما يناسب البيئة الأردنية.

2- **الثبات**: للتحقق من ثبات ادوات الدراسة قامت الباحثة بتطبيقها على العينة الاستطلاعية والمكونة من (30) طالباً وطالبة تم اختيارهم من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها ثم قامت الباحثة باستخراج معامل الثبات بطريقة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) ، وقد جاء معامل ثبات قائمة الميكانيزمات الدفاع (0,86) وتعتبر مثل هذه القيم مقبولة لإغراض الدراسة الحالية.

تكونت قائمة ميكانيزمات الدفاع من خمسة مواقف أفتراضية تم تصميمها لاستخراج السلوك الاندفاعي من المفحوصين ويلي كل موقف أربع أسئلة تتعلق برد الفعل السلوكي الظاهر، والسلوك التخيلي، والأفكار، والمشاعر وهذه الأسئلة الأربعة هي:

س1: كيف يكون رد فعلك الحقيقي؟

س2: كيف يكون سلوكك الاندفاعي التخيلي ؟

س3: ما الفكرة التي ربما تخطر على بالك ؟

س4: كيف يكون شعورك ولماذا؟

ويلي كل سؤال– من الأسئلة الأربعة – خمس استجابات تغطي خمس أساليب دفاعية هي:

1- الانقلاب ضد الآخرين (TAO): حيث يتضمن هذا النمط الدفاعي التعبير عن العدوان المباشر أو غير المباشر ، ومنه يساعد المراهق في التحكم أو السيطرة على التهديدات الخارجية (Gold &Mann,1978).

2- الإسقاط (PRO): تستخدم هذه الصفة لتبرير الأفكار العدوانية والسلوك والمشاعر نحو الآخرين (Holmes,1968).

3- تزييف الواقع عن طريق إعادة التفسير (PRN): من خلال هذا الأسلوب الدفاعي يتم تزيف الواقع بإعادة تفسيره باستخدام مجموعة متنوعة من المبادئ العامة التي تظهر على شكل تعبيرات أو اصطلاحات مكررة، وأقوال مبتذلة (Loeb,1992).

4- الانقلاب ضد الذات (TAS): حيث يتم التعبير عن هذه الدفاعات من حين إلى آخر على شكل نقد ذاتي مبالغ فيه نتيجة إلحاح التوقعات السلبية أو المكبوتات الوجدانية(Gold &Mann,1978).

5- التحويل العكسي (REV): يعني هذا الأسلوب الدفاعي أن شعور المراهق يكون مضاداً تماماً لما هو موجود في اللاشعور، ويندرج تحت هذا الأسلوب الدفاعي الإنكار، والكبت والسلبية والتكوين العكسي (Loeb,1992).

تصحيح القائمة وتفسير درجاتها:

تتم الإجابة على أسئلة القائمة من خلال وضع حرف (M) عند الاختيار الأكثر تمثيلاً للطريقة التي سوف تتعامل أو تتصرف بها في هذه المواقف، والإجابة الأقل تمثيلاً للطريقة التي سوف تتعامل أو تتصرف بها في هذه المواقف تضع حرف (L).

تعطى ثلاث درجات للإجابة الأكثر تمثيلاً (M)، ودرجتين لعدم الإجابة، ودرجة واحدة للإجابة الأقل تمثيلاً (L)، وبهذا تكون أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب على كل ميكانيزم (15) وأقل درجة (5)، وتشير الدرجة المرتفعة على درجة استخدام مرتفعة على للميكانيزم الدفاعي، ويتم الحكم على المتوسطات الحسابية حسب المعيار التالي:

المتوسط الحسابي	المستوى بالنسبة للمتوسط الحسابي
5 8	مدى استخدام قليلة
9 11	مدى استخدام متوسطة
12 15	مدى استخدام مرتفعة

ثانيا: مقياس الرضا عن الذات

تم تطوير مقياس الرضا عن الذات من خلال الاطلاع على المقاييس والدراسات السابقة التي استهدفت فئة المراهقين، حيث تم الرجوع إلى (حسون، 2011) (السميحيين، 2012). وتكون المقياس بصورته النهائية من (48) فقرة ملحق (ج) تتوزع على أربعة أبعاد وهي:

1- البعد الاجتماعي المدرسي: وهو رضا الطالب عن علاقاته الاجتماعية وحياته المدرسية وعلاقته مع الآخرين والجيران، وتمثله الفقرات ذات الأرقام (1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 9، 10، 11، 12، 13، 14، 15).

2- البعد الأسري: وهو رضا الطالب عن حياته النفسية عند وجودة في الأسرة، وتمثلة الفقرات ذات الأرقام (8، 16، 17، 18، 19، 20، 22، 23).

3- البعد العقلي: هو رضا الطالب عن الخبرات والمعارف والتجارب والمهارات التي يتعلمها في حياته، وتمثله الفقرات ذات الأرقام (21، 24، 25، 26، 27، 28، 29، 30، 31، 32، 33، 34، 35، 36).

4- البعد الجسمي: هو رضا الطالب عن حياته الصحية والجسمية وهيئته العامة ، وتمثلة الفقرات ذات الأرقام (37، 38، 39، 40، 41، 42، 43، 44، 45، 46، 47، 48).

تم التحقق من دلالات صدق المقياس بالطرق التالية:

الصدق:Validity

الصدق الظاهري (المحكمين):

قَامَ الْباحِثُ بالتحقق من صدق المقياس من خلال عرضه على مجموعة من أساتذة الجامعات من المختصين في الإرشاد النفسي وعلم النفس، حيث بلغ عددهم (10) محكمين، وطلب منهم ما يلي:

بيان مدى صلاحية الفقرات ومناسبتها اللغوية وتقديم أي ملاحظات من حيث الإضافة أو الحذف أو التعديل.وقد اعتمد على معيار اتفاق (80%) من المحكمين على الفقرة ليصاغ إلى تعديلها أو حذفها. والملحق (ب) يوضح قائمة بالمحكمين الذين تَمَّ اعْتِمادهم لتحكيم المقياس. وبناءً على رأي المحكمين تم تعديل الفقرات التالية من المقياس بصورته الاولية ملحق (أ) (3,10,15,27,41)، وحذف الفقرات (8,24) والجدول(3) يوضح الفقرات المعدلة والجدول رقم (4) يوضح الفقرات المحذوفه:

جدول رقم (3)

الفقرات الأصلية والفقرات المعدلة لمقياس الرضا عن الذات

الرقم	الفقرات الأصلية	الفقرات المعدلة
3	سيساعدني أصدقائي عند الحاجة	أعتقد أن أصدقائي سيساعدوني عند الحاجة
10	يحبني معظم الناس	يحبني الناس الذين أختلط معهم
15	أميل الى الضحك وتبادل الدعابة	أجد نفسي مدفوعاً للدعابه مع الآخرين عند التعامل معهم
27	استطيع القيام بأعمال كثيرة	استطيع تنفيذ مهارات متعددة حياتيه تعلمتها
41	هيئتي الجيدة وجسمي المتناسق يساعدني على إقامة صداقات كثيرة	مظهري المناسب يساعدني في إقامة صداقات متعددة

جدول رقم (4)

الفقرات المحذوفه لمقياس الرضا عن الذات

الرقم	الفقرات المحذوفه
8	أحب جيراني
24	أتمنى لو أعيش في مكان آخر

صدق البناء الداخلي لمقياس الرضا عن الذات

تم التحقق من صدق المقياس باستخدام صدق البناء الداخلي بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة الفقرة والدرجة على البعد الذي تنتمي إليه على عينة استطلاعية بلغت(43) طالباً وطالبة تم اختيارهم عشوائيا من داخل المجتمع ومن خارج عينة الدراسة، والجدول(5) يبين معاملات الارتباط:

جدول(5)

صدق البناء الداخلي لمقياس الرضا عن الذات

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	.371*	13	.358*	25	.549**	37	.441**
2	.550**	14	.541**	26	.380*	38	.538**
3	.395**	15	.443**	27	.448**	39	.473**
4	.380*	16	.487**	28	.464**	40	.499**
5	.355*	17	.438**	29	.534**	41	.477**
6	.546**	18	.617**	30	.375*	42	.382*
7	.414**	19	.461**	31	.526**	43	.366*
8	.353*	20	.499**	32	.368*	44	.503**
9	.654**	21	.474**	33	.560**	45	.608**
10	.555**	22	.541**	34	.669**	46	.407**
11	.446**	23	.592**	35	.573**	47	.341*
12	.331*	24	.536**	36	.443**	48	.334*

(* مستوى الدلالة عند $\alpha \le 0.05$) (** مستوى الدلالة عند $\alpha \le 0.1$)

يتبين من الجدول(5) بأنه تحقق لمقياس **الرضا عن الذات** مؤشرات صـــدق بناء داخلي جيدة، حيث تراوحـــت معـــاملات الارتبـــاط بـــين (0.331-0.669) وجميعها ذات دلالة إحصائية.

ثبات مقياس الرضا عن الذات

تم التحقق من دلالات ثبات المقياس بطريقتين: الأولى باستخدام ثبات الإعادة (Test Retest)، حيث طبق المقياس على عينة استطلاعية تم اختيارها عشوائياً، من خارج عينة الدراسة ومن داخل مجتمعها بلغت (43) طالب وطالبة، ثم رصدت درجات الطلاب عليه، ثم إعادة تطبيقه على نفس أفراد العينة الاستطلاعية بعد أسبوعين من التطبيق الأول، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلبة على المقياس بين مرتي التطبيق، وبلغ (0.82)، وتم أيضاً حساب ثبات المقياس باستخدام معادلة كرونباخ ألفا للاتساق الداخلي على ذات العينة الاستطلاعية، وبلغ (0.92)، وجاء مقياس الرضا عن الذات بالأبعاد التالية:

1- البعد الاجتماعي المدرسي: وهو رضا الطالب عن علاقاته الاجتماعية وحياته المدرسية وعلاقته مع الآخرين والجيران، وتمثله الفقرات ذات الأرقام (1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 9، 10، 11، 12، 13، 14، 15).
2- البعد الأسري: وهو رضا الطالب عن حياته النفسية عند وجودة في الأسرة، وتمثله الفقرات ذات الأرقام (16، 17، 18، 19، 20، 22، 23، 8)
3- البعد العقلي: هو رضا الطالب عن الخبرات والمعارف والتجارب والمهارات التي يتعلمها في حياته، وتمثله الفقرات ذات الأرقام (25، 26، 27، 28، 29، 30، 31، 32، 33، 34، 35، 36، 21,24)
4- البعد الجسمي: هو رضا الطالب عن حياته الصحية والجسمية وهيئته العامة، وتمثله الفقرات ذات الأرقام (38، 39، 40، 41، 42، 43، 44، 45، 46، 47، 48، 37).

تصحيح مقياس الرضا عن الذات وتفسيره

تتم الاستجابة على المقياس بحسب تدريج ليكرت الخماسي (موافق بشدة، موافق، موافق محايد، غير موافق، غير موافق بشدة)، وتعطى الدرجات (5 ,4، 3،

2، 1) على الترتيب، ويتضمن مقياس الرضا عن الذات مجموعة من العبارات السلبية وهي ذوات الأرقام (13، 14، 22، 23، 24، 26، 29، 42، 47، 48، 49) وتعطى قيمة عكسية للفقرات الإيجابية، وتكون أعلى درجة يمكن الحصول عليها على المقياس (240) وأدنى درجة (48)، حيث تشير الدرجة المرتفعة على المقياس على مستوى مرتفع من الرضا عن الذات، ويتم الحكم على المستوى بالاعتماد على المعيار التالي:

المتوسط الحسابي	المستوى بالنسبة للمتوسط الحسابي
1- 2.33	منخفض
2.34 – 3.67	متوسط
3.68فما فوق	مرتفع

6.3 إجراءات الدراسة

قام الباحث بعدة إجراءات لتنفيذ الدراسة:

1. تم تحديد عينة الدراسة، حيث تم اختيار عينة عشـوائية تكونـت (227) طالبـاً وطالبه.
2. تم أختيار عينة الثبات والصدق المكونة من(43) طالباً وطالبة من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها للتحقق من البناء الداخلي وثبات الأداء.
3. تم الحصول على الموافقات الرسمية لتطبيق الدراسة من الجهات المختصة.
4. تم تطبيق مقياسي الدراسة على عينة الدراسة البالغة (227) طالباً وطالبة، أي مـا نسبته(32.8%) تقريباً من مجتمع الدراسة، وتم أسترجاع كامل النسخ من المقياسين توزعوا بين(112) للذكور و(115) نسخة من مقاييس الدراسة للإناث.
5. تم جمع نسخ أدوات الدراسة والتحقق من مدى أستكمالها للبيانات المطلوبـة،وتـم تفريغ البيانات على برنامج التحليل الإحصائي (Spss)واستخراج النتائج ومناقشتها للخروج بالتوصيات المناسبة.

7.3 متغيرات الدراسة

1- ميكانيزمات الدفاع: وله خمسة مجالات وهيالانقلاب ضد الآخرين (TAO)، الإسقاط (PRO) تزييف الواقع عن طريق إعادة التفسير (PRN)، الانقلاب ضد الذات (TAS)، التحويل العكسي (REV) وهو متغير مستقل.

2- الرضا عن الذات: وله أربعة أبعاد وهي (البعد الاجتماعي المدرسي البعد الأسري البعد العقلي البعد الجسمي) وهو متغير تابع.

3- النوع الاجتماعي (ذكر، أنثى) متغير مستقل.

8.3 المعالجات الاحصائية

للإجابة على أسئلة الدراسة تم استخدام الأساليب الإحصائيات التالية:

1. للإجابة على السؤال الأول: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
2. للإجابة على السؤال الثاني: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
3. للإجابة على السؤال الثالث: معامل ارتباط بيرسون.
4. للإجابة على السؤال الرابع: اختبار (ت) لعينتين غير مترابطتين.
5. للإجابة على السؤال الخامس: اختبار (ف) الأحادي(One Way ANOVA)

الفصل الرابع
عرض النتائج ومناقشتها والتوصيات

يتضمن هذا الفصل عرضاً مفصلاً لنتائج الدراسة ومناقشتها في ضوء أسئلتها المطروحة والتي هدفت للتعرف على مدى استخدام ميكانيزمات الدفاع لدى طلبة المرحلة الثانوية وعلاقتها بالرضا عن الذات في لواء القصر، وفقاً لتسلسل أسئلتها كما يلي:

1.4 عرض النتائج ومناقشتها:

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول ومناقشتها: ما مدى استخدام ميكانيزمات الدفاع لدى طلبة المرحلة الثانوية في لواء القصر؟

للإجابة على السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، والجدول (6) يبين ذلك:

جدول (6)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستخدام ميكانيزمات الدفاع لدى طلبة المرحلة الثانوية في لواء القصر

الاسلوب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	المستوى
التحويل أو الانقلاب ضد الآخرين	10.47	.50	5	متوسط
الإسقاط	10.82	2.20	4	متوسط
تزييف الواقع	10.94	1.63	3	متوسط
التحويل أو الانقلاب ضد الذات	11.78	1.68	2	متوسط
التحويل العكسي	12.52	1.54	1	مرتفع

يلاحظ من خلال الجدول (6) أن أكثر أساليب الدفاع استخداماً لدى طلبة المرحلة الثانوية في لواء القصر هو االتحول العكسي حيث جاء مرتفعاً وفي المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي (12.52) وانحراف معياري (1.54)، بينما جاء التحويل أو الانقلاب ضد الآخرين في المرتبة الأخيرة وبمستوى متوسط وبمتوسط حسابي بلغ (10.47) وانحراف معياري (1.50).

ويمكن تفسير السبب في أن ميكانيزم التحويل العكسي قد جاء الأكثر استخداماً لدى الطلبة في انه يقع تحت هذا الأسلوب الاستجابة للتهديدات الداخلية والخارجية، والتي بدورها تقلل درجة حدة التهديدات المدركة، وكون أن هذه الدراسة مطبقة على طلبة الثانوية وفي بيئة القصر فإنه يشعر بأن هذا الميكانيزم يساعده على خفض القلق والتوترات الناتجة عن الإحباط والصراعات التي يعانيها. كما أنه يندرج تحت هذا الميكانيزم الإنكار اللاشعوري والذي يساعده على تجنب ورفض الواقع المؤلم والمسبب للقلق، وتجاهل ما يعانيه من ظروف صعبة في بيئته وخاصة الاقتصادية منها.

كما ان ميكانيزم التحول العكسي بالإضافة لميكانيزم الإسقاط وتزييف الواقع، فيزداد استخدام الفرد لها حسب كرامر(Cramer, 1991) في مراحل الطفولة المتأخرة، كونها ميكانيزمات دفاعية أكثر تعقيداً-وكما نعلم أن عينة الدراسة من المراهقين، والمراهق تقف أمام حاجاته معوقات، منها القوانين الاجتماعية والتشريعات والامتحانات ومشكلاتها النفسية والاجتماعية والمستوى الاقتصادي الاجتماعي الذي ينشأ فيه المراهق، حيث يقف كل هذا دون إشباع حاجاته الأمر الذي يؤدي إلى توتره وقيام الصراع الداخلي لديه على أن هناك أيضًا أهدافاً متعارضة يحاول الفرد أن يشبعها في وقت واحد وهنا يقوم الصراع ويحاول المراهق أن يخفف من التوتر الذي ينشأ نتيجة معوقات فيلجأ إلى وسائل خاصة، وهي الميكانيزمات الدفاعية (عوض، 1999)- فتصبح هذه الميكانيزمات سائدة ومهيمنة في هذه المرحلة (المراهقة).

أما بالنسبة لحلول ميكانيزم التحول أو الانقلاب ضد الآخرين في المرتبة الأخيرة، كون هذا الأسلوب يتضمن التعبير عن العدوان المباشر أو غير المباشر

والذي بدوره يساعده على التحكم والسيطرة على التهديدات الخارجية التي يمكن إدراكها أو إخفاء الصراعات الداخلية التي تكون مؤلمة ومن غير الممكن مواجهتها شعورياً، مما يؤكد عدم تعامل هؤلاء الطلبة مع المشكلات والصراعات من خلال الهجوم على هدف حقيقي أو مفترض خارجي بسبب الإحباط.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (جودة، 2009) والتي أشارت إلى أن ميكانيزم التحول العكسي الأكثر استخداماً واختلفت بأن جاء ميكانيزم التحويل أو الانقلاب ضد الآخرين في المرتبة الأخيرة.

للإجابة عن سؤال الدراسة الثاني والذي نصه:

السؤال الثاني: ما مستوى الرضا عن الذات لدى طلبة المرحلة الثانوية في لــواء القصر؟

للإجابة على السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، والجدول (7) يبين ذلك:

جدول (7)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الرضا عن الذاتلدى طلبة المرحلة الثانوية في لواء القصر

البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	المستوى
الاجتماعي	3.23	.47	4	متوسط
الاسري	3.27	.55	3	متوسط
العقلي	3.36	.54	2	متوسط
الجسمي	3.58	.51	1	متوسط
الكلي	3.36	.42	-	متوسط

يلاحظ من خلال الجدول (7) أن مستوى الرضا عن الذات لدى طلبة المرحلة الثانوية في لواء القصرجاء متوسطاً وبمتوسط حسابي (3.36) وانحراف معياري (0.42)، وقد جاء البعد الجسمي في المرتبة الاولى وبمتوسط حسابي (3.58) وانحراف معياري (0.51)، بينما جاء البعد الاجتماعي في المرتبة الأخيرة

وبمستوى متوسط وبمتوسط حسابي بلغ (3.23) وانحراف معياري (0.47).

وقد تعزى هذه النتيجة إلى طبيعة المرحلة العمرية التي أجريت عليها الدراسة، وهي مرحلة المراهقة ففي هذه المرحلة يقل لدى الفرد الرضا عن الذات نتيجة لكثير من التغيرات التي تطرأ عليه. ففي هذه المرحلة يحتاج الطالب الى اتخاذ بعض القرارات المهمة وغالباً ما يقوم بتأجيله أو التردد في اتخاذه وذلك خوفاً من الفشل والمواجهة، وبالرغم من أن الثقة بالنفس تكون لديه مرتفعة نوعاً ما وخاصة في الناحية الجسمية إلا أنها تتأثر بمشاعره وأحاسيسه السلبية والايجابية، كونه غالباً ما تراوده الانفعالات السلبية والشك، والمواجهة مع الآخرين، ومن الممكن أن يعاديهم، والذي ينعكس بدوره على تقديره لذاته، وبالتالي يؤثر على الرضا عن الذات.

السؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في درجة استخدام ميكانيزمات الدفاع والرضا عن الذات تعزى لمتغير النوع الاجتماعي؟

للإجابة عن السؤال تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين والجدول(8) يبين ذلك:

جدول(8)

نتائج اختبار (ت) للعينات المستقلة (Independent T Test) لدلالة الفروق في ميكانيزمات الدفاع لدى طلبة المرحلة الثانوية في لواء القصر تبعاً للنوع الاجتماعي

البعد	النوع الاجتماعي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة(ت)	الدلالة
التحويل أو الانقلاب ضد الاخرين	ذكر	112	11.5982	1.55505	225	-1.648	.101
	أنثى	115	11.9652	1.78900			
الاسقاط	ذكر	112	12.8393	1.64291		3.116	.002
	أنثى	115	12.2130	1.37659			
تزييف الواقع	ذكر	112	10.5893	1.62776		-3.297	.001
	أنثى	115	11.2870	1.56028			
التحويل أو الانقلاب ضد الذات	ذكر	112	10.4062	.46756		-1.991	.048
	أنثى	115	10.5391	.53454			
التحويل العكسي	ذكر	112	10.3304	2.17018		-3.388	.001
	أنثى	115	11.3000	2.14169			

يتبين من الجدول(8) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عنـــد مســـتوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في ميكانيزم التحويل أو الانقلاب ضد الآخرين تعــزى إلـــى النـــوع الاجتماعي، حيث كانت قيمة (ت)= -1.648، بينما تبين وجود فروق في ميكانيزم الاسقاط ولصالح الذكور حيث كانت قيمة (ت)= 3.116، كما تبين وجود فروق في ميكانيزمات (تزييف الواقع، التحويل أو الانقلاب ضد الذات، التحويل العكسي) ولصالح الإناث، حيث كانت قيم (ت)= (-3.297، -1.991، -3.388) على الترتيب.

وقد تعزى هذه النتيجة الى طبيعة الفروق بين الهوية الذكورية والانثوية، ففي حين يركز الذكور على العالم الخارجي ويعتمدون أكثر من الإناث على الميكانيزمات المتعلقة بالصراعات مع الآخرين كما هو الحال في الإسقاط، والذي ينعكس بدوره على رضاهم عن ذواتهم، بينما تميل الإناث وفقاً للتحليل النفسي إلى الاعتماد على الميكانيزمات التي تقلل من التأثير السلبي للأفكار والمشاعر الداخلية، وذلك كونهن غالباً ما يملن إلى العاطفة، وبالتالي يسعين إلى استخدام المناورات العقابية أو التأديبية لتزييف الواقع بهدف الحد من التهديدات المدركة لتقدير الذات، لذا جاءت الفروق في العلاقة بين التحول والانقلاب نحو الذات لصالح الإناث.

وفيما يتعلق بعدم وجود فروق بين الجنسين في ميكانيزم التحويل أو الانقلاب ضد الآخرين إلى أن كل من الذكور والإناث يستخدمان هذا الأسلوب بشكل معتدل كونه أقرب للتعايش والتوافق مع الآخرين، مما يمكنهم من تحقيق النجاح في التعايش مع المجتمع والواقع.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (جودة، 2009) والتي أظهرت وجود فروق في ميكانيزم التحول ضد الذات بين الجنسين، بينما تبين وجود فروق في (الانقلاب ضد الآخرين، والإسقاط، والتحول العكسي) لصالح الذكور، وفي ميكانيزم تزييف الواقع كانت الفروق لصالح الإناث.

كما تتفق مع دراسة لفيت (Livet, 1991) من حيثُ تبين أن الذكور أكثـــر استخداماً لميكانيزم الإسقاط وأن الإناث أكثر استخداماً لميكانيزم التحول ضد الذات وتختلف معها فيما يتعلق بالتحول ضد الآخرين.

وتختلف مع دراسة ويلسون (Wilson, 2002) ودراســة (فضــة، 2001) واللتين توصلتا الى عدم وجود فروق في استخدام الميكانيزمات الدفاعية تعزى إلى متغير النوع الاجتماعي.

وتتفق كذلك مع دراسة ستينر وأروجو وكوبمان(Steiner, Araujo, &Koopman, 2001) والتي أشارت الى أن الذكور أكثر استخداماً لكل من الإنكار والكبت، وأن الإناث أكثر استخداماً لكل من التحول العكسي والمحو وتوهم المرض والمعالجة الفكرية.

كما تتفق مع دراسة كريمر (Cramer, 2002) والتي بينت أن الذكور أكثر استخداماً لميكانيزم الإسقاط.

السؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (α≤0.05) في درجة استخدام ميكانيزمات الدفاع والرضا عن الذات تعزى لمتغير المستوى التحصيلي؟

للإجابة عن السؤال تم استخدام اختبار (ف) الأحادي(One Way ANOVA) والجدول(9) يبين ذلك:-

جدول(9)

نتائج اختبار (ف) الأحادي(One Way ANOVA) لدلالة الفروقفي ميكانيزمات الدفاع لدى طلبة المرحلة الثانوية في لواء القصر باختلاف المستوى التحصيلي

الميكانيزم	المستوى التحصيلي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة(ف)	مستوى الدلالة
الانقلاب ضد الاخرين	ممتاز	29	11.3448	1.59857	بين المجموعات	53.227	3	17.742	1.576	.196
	جيد جدا	72	11.6528	1.71907	الخطأ	2510.465	223	11.258		
	جيد	95	11.8789	1.71774	الكلي	2563.692	226			
	مقبول	31	12.2097	1.51533						
الاسقاط	ممتاز	29	12.1724	1.61619	بين المجموعات	98.568	3	32.856	3.569	.015
	جيد جدا	72	12.2431	1.17783	الخطأ	2052.991	223	9.206		
	جيد	95	12.6158	1.59028	الكلي	2151.559	226			
	مقبول	31	13.2097	1.86089						
تزييف الواقع	ممتاز	29	10.3966	1.43539	بين المجموعات	82.870	3	27.623	2.662	.049
	جيد جدا	72	10.7500	1.61201	الخطأ	2314.152	223	10.377		
	جيد	95	11.1000	1.64963	الكلي	2397.022	226			
	مقبول	31	11.4194	1.63858						
التحويل أو الانقلاب ضدالذات	ممتاز	29	10.3448	.48373	بين المجموعات	10.860	3	3.620	3.661	.013
	جيد جدا	72	10.3819	.52065	الخطأ	220.506	223	.989		
	جيد	95	10.5105	.50518	الكلي	231.366	226			
	مقبول	31	10.6935	.42185						
التحول العكسي	ممتاز	29	10.1897	2.10193	بين المجموعات	103.109	3	34.370	1.785	.151
	جيد جدا	72	10.6042	2.22808	الخطأ	4292.988	223	19.251		
	جيد	95	11.0263	2.19449	الكلي	4396.097	226			
	مقبول	31	11.2903	2.19383						

يتبين من الجدول(9) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في ميكانيزمات الدفاع (الانقلاب ضد الآخرين، التحول العكسي) لدى طلبة المرحلة الثانوية تعزى لمتغير المستوى التحصيلي حيث كانت قيم (ف) المحسوبة= (1.576، 1.785) على الترتيب، بينما تبين وجود فروق في ميكانيزمات (الاسقاط، تزييف الواقع، التحويل أو الانقلاب ضد الذات) حيث كانت قيم (ف) المحسوبة = (3.569، 2.662، 3.661) على الترتيب، ولمعرفة اتجاه الفروق تم استخدام اختبار(LSD) للمقارنات البعدية كما في الجدول(10):

جدول(10)

اختبار (LSD) للمقارنات البعدية لاتجاه الفروق في ميكانيزمات الدفاع حسب مستوى التحصيل

الميكانيزم	المستوى (س)	المستوى (ص)	الفرق بين المتوسطين	الخطأ	الدلالة
الاسقاط	ممتاز	جيد جدا	-.07064	.33366	.833
		جيد	-.44338	.32186	.170
		مقبول	-1.0372*	.39193	.009
	جيد جدا	جيد	-.37273	.23705	.117
		مقبول	-.96662*	.32590	.003
	جيد	مقبول	-.59389	.31380	.060
تزييف الواقع	ممتاز	جيد جدا	-.35345	.35425	.319
		جيد	-.70345*	.34171	.041
		مقبول	-1.0228*	.41611	.015
	جيد جدا	جيد	-.35000	.25168	.166
		مقبول	-.66935	.34601	.054
	جيد	مقبول	-.31935	.33316	.339
التحويل أو الانقلاب ضد الذات	ممتاز	جيد جدا	-.03712	.10935	.735
		جيد	-.16570	.10548	.118
		مقبول	-.34872*	.12845	.007
	جيد جدا	جيد	-.12858	.07769	.099
		مقبول	-.31160*	.10681	.004
	جيد	مقبول	-.18302	.10284	.076

يتضح من الجدول(10) أن الفروق في ميكانيزمي الإسقاط والتحويل أو الانقلاب ضد الذات بين ذوي التقدير مقبول وذوي التقديرين ممتاز وجيد جداً ولصالح ذوي التقدير مقبول، وفي ميكانيزم تزييف الواقع بين ذوي التقدير ممتاز وذوي التقديرين جيد ومقبول ولصالح ذوي التقديرين جيد ومقبول.

ويمكن عزو هذه النتيجة إلى التباين بين الميكانيزمات الدفاعية في استنفاذ الطاقة النفسية حيث أن ميكانيزمات (الإسقاط، تزييف الواقع، التحويل أو الانقلاب ضد الذات) قد تكون أكثر استنفاذاً للطاقة النفسية لدى المراهق، مما أدى بالتالي لأن يكون ذوي التحصيل المتدني أكثر استخداماً لهذه الميكانيزمات، حيث أن ميكانيزمي (الانقلاب ضد الآخرين، التحول العكسي) قد يكونان خطي دفاع ثانويين.

نسبياً تتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه دراسة (فضة، 2001) من حيث وجود ارتباط موجب بين ميكانيزمات الدفاع والتحصيل الدراسي.

السؤال الخامس: هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين ميكانيزمات الدفاع والرضا عن الذات لدى طلبة المرحلة الثانوية في لواء القصر؟

للإجابة عن السؤال تم حساب معامل ارتباط بيرسون كما في الجدول(11):

جدول(11)

معاملات ارتباط بيرسون بين ميكانيزمات الدفاع والرضا عن الذات لدى طلبة المرحلة الثانوية في لواء القصر

		الرضا عن الذات
التحويل أو الانقلاب ضد الاخرين	معامل الارتباط	.058
	الدلالة	.383
	معامل الارتباط	$.185^{**}$
الاسقاط	الدلالة	.005
	معامل الارتباط	$.171^{**}$
تزييف الواقع	الدلالة	.010
	معامل الارتباط	.018
التحويل أو الانقلاب ضد الذات	الدلالة	.789
	معامل الارتباط	$.261^{**}$
التحويل العكسي	الدلالة	.000

تشير النتائج في الجدول(11) وجود علاقة ارتباطية ايجابية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$)بين ميكانيزمات الدفاع (التحويل العكسي، الإسقاط، تزييف الواقع) والرضا عن الذات لدى طلبة المرحلة الثانوية في لواء القصر، حيث كانت قيم معاملات ارتباط بيرسون (0.261، 0.185، 0.171) على الترتيب، بينما لم يلاحظ وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين (التحويل أو الانقلاب ضد الذات، التحويل أو الانقلاب ضد الآخرين) والرضا الذاتي حيث كانت قيم معاملات ارتباط بيرسون (0.018، 0.058) على الترتيب.

وقد يعود السبب في وجود علاقة ايجابية بين ميكانيزم التحول العكسي والرضا عن الذات إلى أنه يندرج تحت هذا الأسلوب استجابة للتهديدات الداخلية والخارجية مما يقلل حدة التهديدات المدركة من المراهق، ومن خلال الأسلوب الدفاعي يتم تكوين سمات شخصية وميول ودوافع مضادة لما هو غير مرغوب فيه ويكون دفيناً في الشخصية، أي أن شعور المراهق يكون على النقيض تماما لما هو موجود في شعور المراهق، وبالتالي يشعر بالارتياح والرضا عن نفسه.

كما أن استخدام الميكانيزمات الدفاعية تعد محاولات للابقاء على التوازن النفسي للمراهق، وهي أساليب ووسائل توافقية لا شعورية تخلص المراهق من حالة التوتر والقلق الناتجة عن الإحباط والصراعات التي تهدد أمنه واستقراره، وهدفها وقاية الذات والدفاع عنها والاحتفاظ بالثقة في النفس واحترام الذات وتحقيق الراحة النفسية والأمن النفسي (زهران، 1997)؛ كما أن استخدام هذه الدفاعات بشكل معتدل يزيد من درجة تقبل المراهق لأمور حياته (مياسا، 1997)، مما قد ينعكس بالتالي عن شعوره بالرضا عن ذاته.

أما بالنسبة لعدم وجود علاقة بين ميكانيزم التحول أو الانقلاب ضد الاخرين والرضا عن الذات، أي أن من يستخدم هذا الاسلوب يكون أقل رضا عن ذاته، ويمكن عزو ذلك إلى أن من يستخدم هذا الاسلوب يتعامل مع الصراع من خلال الهجوم على هدف واقعي وحقيقي أو مفترض بسبب شعوره بالاحباط، مما ينعكس عن رضا وتقبله لذاته.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (جودة، 2009) من حيث وجود علاقة ايجابية

بين التحول العكسي والرضا عن الحياة.

وتتفق كذلك مع دراسة ستينر وأروجو وكوبمان (Steiner, Araujo, &Koopman, 2001) والتي أشارت إلى قدرة الميكانيزمات الناضجة على التنبؤ بالرضا عن الحياة.

2.4 التوصيات

بناء على نتائج الدراسة يوصي الباحث بما يلي:

1- على المربون من معلمين ومرشدين وأولياء أمور بالتركيز على ملاحظة والكشف عن المظاهر السلوكية والشخصية غير المألوفة وغير السوية لدى الطلبة، حيث أن هذه المظاهر غالباً ما تؤثر في الميكانيزمات الدفاعية، والتي قد تنعكس على شعور هؤلاء الأبناء بعدم الرضا عن ذواتهم.
2- على المرشد التربوي في المدرسة بالتدخل في حال ظهور مثل هذه الميكانيزمات لدى الطلبة، ومحاولة تخليصهم منها ومعالجتها من خلال الكشف عن أسبابها وما يكمن وراءها من دوافع لا شعورية، وبالتالي تقوية الأنا فيصبح الطالب أكثر حيوية ونشاطاً وتفاعلاً وانجازاً في مختلف المجالات الحياتية وخاصة التحصيل الدراسي.
3- إجراء المزيد من الأبحاث والدراسات حول ميكانيزمات الدفاع، والبحث في علاقتها ببعض المتغيرات مثل: المستويين الاجتماعي والاقتصادي، وبأساليب المعاملة الوالدية وبالمناخ الأسري والمدرسي.
4- تثقيف المهتمين بالعملية التربوية (المرشدون، والمعلمون، وأولياء الأمور) في تفهم حاجات ومتطلبات المراهقين، والمساهمة في تحسين الرضا عن الذات لديهم
5- إجراء دراسات تتناول الرضا عن الذات على فئات مختلفة من المجتمع كالعاطلين عن العمل أو النساء المطلقات.

المراجع

أ.المراجع باللغة العربية:

إبراهيم، أحمد.(2000). **سيكولوجية الذات والتوافق.** الاسكندرية: دار المعارف الجامعية للنشر والتوزيع.

ابو اسعد، احمد.(2015). **إرشادات مراحل النمو.** الأردن -عمّان: دار المسيرة للطباعة والنشر.

أبو أسعد، أحمد.(2015). **الصحة النفسية منظور جديد،** الأردن: عمّان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

أبو أسعد، أحمد وعربيات، أحمد.(2015). **نظريات الإرشاد النفسي والتربوي،** الأردن: عمّان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

أبو جعفر، محمد.(2013). **علم نفس النمو،** ليبيا: مركز المناهج التعليمية والبحوث التربوية للطباعة والنشر

أبو زعيزع، عبد الله.(2001). **نظريات الإرشاد والعلاج النفسي،** الأردن –عمّان: مركز دينبو لتعليم التفكير.

أبو غزال، معاوية.(2007). **نظريات التطور الإنساني وتطبيقاتها التربوية،** الأردن-عمّان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

بكر،محمد.(2012). الحيل الدفاعية في مرحلة المراهقة لدى عينة من المصريين والسعوديين. **مجلة الارشاد النفسي،** 13(30): 312-359.

بني إسماعيل، أحمد.(2011).**الرضا عن الحياة لدى المراهقين وعلاقتها بأساليب التنشئة الأسرية والرضا عن الأداء المدرسي وفاعلية برنامج تدريبي في تحسين الرضا عن الحياة لديهم.** رسالة دكتوراه غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمّان.

البواليز، نور.(2014). **رتب الهوية وميكانيزمات الدفاع وعلاقتهما بالتحكم الذاتي لدى عينه من المراهقين في لواء المزار الجنوبي محافظة الكرك.** رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، الاردن.

جبل، فوزي محمد.(2000). **الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية**، الاسكندرية: المكتبة الجامعية للنشر والتوزيع.

جودة، امال.(2009). الميكانيزمات الدفاعية وعلاقتها بالعصابية والرضا عن الحياة لدى طلبة جامعة الأقصى. **مجلة كلية التربية بجامعة عين شمس، 1**(33): 405-434.

حسون،أزهار.(2011). **بناء مقياس أدارة الذات وفقاً لنظرية كولمان لدى تدريسي الجامعة**، العراق: بغداد ، جامعة المستنصرية.

حسين، طه.(2004). **الإرشاد النفسي النظرية – التطبيق – التكنولوجيا**، الأردن: دار الفكر ناشرون وموزعون، سوق البتراء.

الحنفي، عبد المنعم.(1987). **موسوعة علم النفس والتحليل النفسي**، القاهرة مكتبة مدبولي للنشر والتوزيع.

الخالدي، أديب.(2003). **سيكولوجية – الفروق الفردية والتفوق العقلي**، الأردن- عمّان: دار وائل للنشر والتوزيع.

الخالدي، أديب.(2009). **المرجع في الصحة النفسية "نظرية جديدة"**، عمّان: دار وائل للنشر والتوزيع.

الدسوقي، كمال.(1990). **ذخيرة علوم النفس والتحليل النفسي**، القاهرة: الدار الدولية للنشر والتوزيع.

الدسوقي، مجدي.(2013). **قائمة ميكانيزمات أو آليات الدفاع**. مصر -القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية للنشر والتوزيع.

رضوان، سامر.(2007). **الصحة النفسية**، ط2، عمّان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

رضوان، شعبان وهريدي، عادل.(2001). العلاقة بين المساندة الاجتماعية وكل من مظاهر الاكتئاب وتقدير الذات والرضا عن الحياة،**مجلة علم النفس**،58 (15)،72 – 105.

الرفاعي، نعيم (2011). **العيادة النفسية والعلاج النفسي**، ط2، سوريا: المطبعة الجديدة للنشر والتوزيع.

الرفاعي، نعيم.(2010). **الصحة النفسية دراسة في سيكولوجية التكيف**، ط10، دمشق: حقوق التأليف والطبع والنشر محفوظة لجامعة دمشق.

الزهراني، عبدالله.(2005). **النمو النفسي الاجتماعي وفق نظرية اريكسون وعلاقتها بالتوافق والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمدينة الطائف**. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم التربوية،جامعة أم القرى، قسم علم النفس.

زهران، حامد.(2005). **علم نفس نمو الطفولة والمراهقة**. القاهرة: عالم الكتب.

زهران، حامد.(1997). **الصحة النفسية والعلاج النفسي**. ط3، القاهرة: عالم الكتب.

زهران، حامد.(2003). **دراسات في الصحة النفسية والإرشاد النفسي**، القاهرة: عالم الكتاب للنشر والتوزيع.

السميحين، فاديه.(2012). **الرضا الحياتي وعلاقتة بأنماط الشخصيه والترتيب الولادي من وجهة نظر أدلر لدى المراهقين في مدارس تربية البادية الجنوبية**. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية العلوم التربوية ، جامعة مؤتة.

صادق، يسرية.(1997). الرضا عن الذات ومقارنتها بالزملاء دراسة على الاطفال المتفوقين والمتأخرين دراسياً من الجنسين. **مجلة علم النفس**، 36(9)، 22-37.

ضمرة، جلال.(2008).**الاتجاهات النظرية في الإرشاد**، عمّان: دار صفاء للنشر والتوزيع.

عبد الخالق، أحمد.(1999). **أصول الصحة النفسية**، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية للنشر والتوزيع.

عبد الله، محمد.(2000). **الشخصية والعلاج النفسي**، دمشق: دار المكتبي للطباعة والنشر والتوزيع.

عودة، محمد.(2010). **السعادة الحياتية لدى الطلبة العرب في جامعات شمال فلسطين المحتلة في ضوء بعض المتغيرات**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، أربد.

عوض، عباس.(1999). **علم نفس النمو**. الاسكندرية: دار المعارف الجامعية
عوض، عباس ودمنهوري، رشاد.(1999).**علم النفس الاجتماعي نظرياته وتطبيقاته**، الإسكندرية: دار المعارف الجامعية.
فضة، حمدان.(2001). ميكانيزمات الدفاع لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالتحصيل الدراسي. **مجلة كلية التربية ببنها**، 12(47): 80-204.
الفقي، أبراهيم.(2000). **قوة التحكم في الذات**، المركز الكندي للبرمجة اللغوية والعصبية.
القوصي، عبد العزيز.(2000). **موسوعة الصحة المدرسية(ط.4)** ، مصر: القاهره ، دار النهضة العربية.
كفافي، علاء.(2003). **الصحة النفسية والإرشاد النفسي**، الرياض: دار الناشر الدولي للنشر والتوزيع.
مرسي ، كمال.(2000). **السعادة وتنمية الصحة النفسيه**. مصر:القاهره ، دار النشر للجامعات
مرسي، أبو بكر.(2002). **أزمة الهوية في المراهقة والحاجة للإرشاد النفسي**.مصر: القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.
المليجي، حلمي.(2000). **علم نفس الشخصية**، بيروت: دار النهضة العربية.
مياسا، محمد.(1997). **الصحة النفسية والامراض النفسية والعقلية وقاية وعلاجاً**. بيروت: دار الجيل.
الهنداوي، على.(2002). **علم نفس النمو الطفولة والمراهقة**، (ط2). العين: دار الكتاب الجامعي.
وزارة التربية والتعليم.(2016). **أحصائيات وزارة التربية والتعليم للواء القصر**.http://www.moe.gov.jo/

ب. المراجع الاجنبية

Araujo, K., Ryst, E. & Steiner, H. (1999). Adolescent Style and Life Stressos. **Child Psychiatry &Hgman Development.** 30(1): 19-28.

Argle, M. (2001). **The Psychology of Happiness**. New York: Taylor & Francis.

Besser, A. (2004). Self and best friend assessment of personality vulnerability and defenses in the prediction of depression**, Social Behavior and Personality**. 32, 6; 559-594

Bradburn, N.M (1998).**The Structure of Psychological** well – Being Chicago: Aldine.

Chavez_ Leon. E, Munoz. M & Uribe, M. (2006).**An empirical study of defense mechanisms in panic disorder**.Salud Mental. 29. 6; 15-22.

Corey, Gerald (2001). **Theory and Practice of Counseling and Psychology**, B rooks/Cole publishing com N.Y.

Cramer, P. (2000). Defense mechanisms in psychology today: Further processes for adaptation**, American Psychologist**. 55, 6; 637-646.

Cramer, P. (2006). The development of defense mechanisms, **Journal of personality**. 55. 4; 597 _614.

Cramer. P. (2002). Children's use of defense mechanisms in reaction to displeasure caused by others. **Journal of Personality**. 51(1): 78-94.

Crow, l. and Crow, (1998).**Mental hygiene, mc grew** –hill book co.new York.

Diener, E. (2000) **Subjective Well – being Psychological bulletin**.

Dorpat, L.T. (1998).**Denial and defense in therapeutic situation**.

Erickson, S, Feldman, S. & Steiner, H.(1996). Defense Mechanisms and Adjustement in Normal Adolescents. **Am Journal Psychiatry**, 153(3): 826-828.

Gilbert, G. (1970). **Personality Dynamics: A Biosocial Approach**, New York: llarper& Row Publishers.

Gold,M.(1978). Scholastic experiences, self-esteem, and delinquent behavior: A theor for alternative schools. **Crime and Delinquency**, Vol.42,pp.463-308.

Hart, D. &Chmiel, S.(1992). Influence on Defense Mechanisms on Moral Judgment Development: A Longitudinal Study. **Development Psychology**, 28(4): 722-730.

Hart, J.T. (1983).**modem eclectic therapy a functional Orientation to Counseling and Psychotherapy**, New York, plenum, p21.

Hayes, nicky&Stratton, peter (2003).**A Student' Dictionary of Psychology AN Arnold publication series.**

Holmes, D.S.(1968**).** Dimensions of projection. **Psychological Bulletin**, Vol.pp.248-268.

King, J. (2005). **Gender Ideology: Impact on dual-Career Couples' role strain, marital satisfaction, and life satisfaction**, Doctoral Dissertation Submitted to the office of Graduate studies of Texas A&M University.

Kwan, Y. (2010). Life satisfaction and seif-Assessed Health among adolescents in Hong Kong, **journal of Happiness**, 11,383-393.

Kwon, P. (2002). Hope, defense mechanisms, and adjustment: implications false hope and defense hopelessness. **Journal of personality**. 70(2): 207-231.

Livet, D. (1991). Gender differences in ego detknses adolescents: sec role as one way to understand the differences. **Journal of Personality and Social Byghology**, 61(6): 992-996.

Loeb, F.F (1992). **Generalization as a defense**.psychoanalytic Study of the Child, Vol.37, PP.405-388.

Loeb, F.F(1992). **Generlization as a defense**. psychoanalytic Study of the Child, Vol.37 , pp. 405-388.

Merrell, Kenneth W. (1998). Relationship of Perceived Parenting Styles, Based Study, **Journal of Research in Personality**, vol. 31, No. 1, 58-77.

Salimynezhad, S., & Poor, N.Y. &Nasiri, Z.M.(2015). The relationships between general health and emotional Intelligence with defence mechanisms on university students of Payame Noor University.**Procedia - Social and Behavioral Sciences**, 205: 681 – 687.

Sharf, R. S. (2000). **Theories of Psychotherapy and Counseling**, 2nd Ed, Brooks/ Cole.

Soldz, S., Budman, S.& Merry, Y. (1995) The relation of defensive style to personality pathology and die big five personality factors. **Journal of personally disorders**, 9(4): 356-370.

Steiner, H., Araujo, K. &Koopman, C. (2001): The response evaluation measure (REM-71): a new instrument for the measurement of defenses in adults and adolescents**. Am Journal Psychiatry**. 158(3): 467-473.

Steiner, H., Erichson, S., Maclean, P., Medic, Plattner, B. &Koopman, C.(2007). Relationship between Defenses, Personality, and Affect During A Stress Task in Normal Adolescents. **Child Psychiatry and Human Development**, 38(2): 107-119.

Vailiant, G (2000). Mechanismrole in pensive psychology**.American psychologist**. 55, 1; 89-98.*

Vaillant, G (1997**). Adaptation to life Boston**: Litte, Braw, Company limited.

Vos, M. &Haes, J. (2006**).** Denial in cancer patients, anexplorative review, **Psycho – Oncology**, 16, 1; 12-25.

Wang, E., Chen, L., Lin, J. & Hung, C.(2008). The Relationship between Leisure satisfaction and life satisfaction of adolescents concerning online gomes, **Journal of Adolescenc**, 169(43), 178-184.

Wieb, V. (2006). **Parent – child attachment and defense mechanisms: A developmental perspective on risk – taking behavior in clinical sample of adolescents**. Unpublished PhD diss. Department of Psychology. Simon Fraser University.

Wilson, S. (2002). **Gender differences in adolescents ego development and ego function level**. Unpublished master’s thesis. Marshal University Graduate College.

الملحق (أ)
مقياس الرضا عن الذات بصورته الأولية

جامعة مؤتة

كلية الدراسات العليا

استمارة تحكيم

حضرة الأستاذ الدكتور/ الدكتورة.. المحترم

حضرة الدكتور/ الدكتورة... المحترم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، وبعد:

يقوم الباحث بدراسة بعنوان " **مدى استخدام ميكانيزمات الدفاع لدى طلبة المرحلة الثانوية وعلاقتها بالرضا عن الذات في لواء القصر**" وذالك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي من جامعة مؤتة ،ونظرا لما تتمتعون به من الخبرة العلمية، يود الباحث الأخذ بآرائكم القيمة للحكم على فقرات المقياس، لغرض بيان مدى صلاحيتها، ووضوحها، وتكرارها، وإمكانية دمجها أو تعديلها إذا كنتم ترون ذلك ضرورياً أو أضافه فقرات أخرى ترونها مناسبة أو نقلها من بعد لأخر.

تكون طريق الإجابة بوضع علامة (X) في الخانة المناسبة.

بيانات المحكم

الاسم	التخصص	الرتبة الأكاديمية	جهة العمل

مع خالص الشكر والتقدير

والله ولي التوفيق

المشرف — **الباحث**

الدكتور احمد ابو اسعد — **الطالب عامر دهيسات**

مقياس الرضا عن الذات:

الرقم	الفقرات	مدى الانتماء للبعد		مدى المناسبة لغوياً		ملاحظات
		نعم	لا	نعم	لا	
	البعد الاجتماعي المدرسي: هو رضا الطالب عن علاقاته الاجتماعية وحياته المدرسية وعلاقاته مع المقربين والجيران.					
1	ارغب في اصدقاء جدد يختلفون عن اصدقائي حالياً					
2	استمتع مع أصدقائي					
3	سيساعدني اصدقائي عند الحاجة					
4	أحب وجودي في المدرسة					
5	استمتع بالانشطة المدرسية					
6	اتمنى أن يكون لي جيران مختلفون عما هو حالياً					
7	احب الحي الذي اسكن فيه					
8	احب جيراني					
9	أنا انسان مرح في علاقاتي مع الاخرين					
10	يحبني معظم الناس					
11	تعاملي مع زملائي يتصف بالمرونه					
12	أنسجم بسهوله مع زملائي في انجاز أعمالي التي أكلف بها					
13	أتجنب مشاركة الآخرين في كثير من النشاطات الاجتماعية *					
14	اجد صعوبة في بناء علاقاتي الاجتماعية *					
15	أميل الى الضحك وتبادل الدعابة					
	البعد الأسري: رضا الطالب عن حياته النفسية عند وجوده في الأسرة.					
16	أستمتع بوجودي في المنزل مع افراد اسرتي					
17	ينسجم افراد اسرتي مع بعضهم البعض بشكل جيد					
18	أحب قضاء الوقت مع والديّ					
19	يتحدث افراد اسرتي بلطف مع بعضهم البعض					
20	والديّ يعاملاني بشكل عادل كبقية إخوتي					
21	يعاملني أخوتي بشكل مناسب					
22	أقضي وقتاً سيئاً مع أخوتي *					
23	أتمنى العيش في بيت اخر *					
24	اتمنى لو اعيش في مكان اخر *					

	البعد العقلي:رضا الطالب عن الخبرات والمعارف والتجارب والمهارات التي يتعلمها في حياته.					
25	أتعلم الكثير من المعلومات في المدرسة					
26	أشعر بالاستياء أثناء وجودي بالمدرسة *					
27	أستطيع القيام بأعمال كثيرة					
28	أحب ان اجرب اشياء جديدة					
29	أجد صعوبة في تجاوز المواقف الصعبة *					
30	أبادر بطرح أفكار جيدة لتطوير من حولي					
31	أرى أن المثابرة بالعمل تدفعني إلى الإبداع					
32	أتوقع النجاح في الأعمال التي توكل إلي					
33	لدي ثقة في النجاح في الأعمال التي اقوم بها					
34	أنجز اعمالي التي أكلف بها دون تردد					
35	أبادر في حل مشكلات زملائي العلمية والشخصية					
36	لدي القدره في إشاعة جو من الحماس مع زملائي					
37	لدي القدرة على التجديد وتحدي الأفكار التقليدية					
38	أعمل جاهداً من أجل تحقيق أهدافي					
39	أمتلك القدره الكافية للدفاع عن حقوقي					
	البعد الجسمي: رضا الطالب عن حياته الصحية والجسمية وهيئته ألعامه.					
40	أتمتع بصحة مناسبة لعمري					
41	هيئتي الجيدة وجسمي المتناسق يساعدني على إقامة صداقات كثيره					
42	تؤثر فيَّ تعليقات زملائي "السالبة" حول جسمي *					
43	يشغلني – كثيراً – شكلي وجسمي					
44	أشعر بأنني بدين لذلك أحاول تخفيف وزني					
45	تعجبني هيئتي كما تبدو في المرأة					
46	يرى الأشخاص الاخرون أن جسمي متناسق					
47	أتمنى لو كانت هيئتي وجسمي كالممثلين او عارضي الأزياء أو الرياضيين *					
48	أتجنب الآخرين لأن جسمي وشكلي غير مقبولين *					
49	أرى أن الأخرين أجسامهم افضل مني *					
50	يشعرني جسمي بالثقة في نفسي					

- **الفقرات السلبية: (*)**

الملحق (ب)
قائمة بأسماء السادة المحكمين

قائمة المحكمين:-

ت	الاسم	الرتبة الاكاديمية	الجامعة
1	الأستاذ الدكتور احمد عربيات	استاذ	جامعة مؤتة
2	الاستاذ الدكتور فؤاد الطلافحة	أستاذ	جامعة مؤتة
3	الاستاذ الدكتور محمد بني يونس	استاذ	الجامعة الأردنية
4	الدكتوره لمياء الهواري	استاذ مساعد	جامعة مؤتة
5	الدكتور أحمد الطراونة	استاذ مساعد	جامعة مؤتة
6	الدكتور صبري الطراونة	استاذ مساعد	جامعة مؤتة
7	الدكتور أنس ضلاعين	استاذ مساعد	جامعة مؤتة
8	الدكتور محمد البواليز	استاذ مشارك	جامعة البلقاء
9	الدكتور معتصم البكار	أستاذ مشارك	الجامعة الأردنية
10	الدكتور عبد الله المهايرة	أستاذ مساعد	الجامعة الأردنية

الملحق (ج)

مقياس الرضا عن الذات بصورته النهائية

جامعة مؤتة

كلية الدراسات العليا

أخي الطالب/ أختي الطالبة....

تحيه طيبه وبعد...

يقوم الباحث بإجراء دراسة ميدانيه بعنوان **"مدى استخدام ميكانيزمات الدفاع لدى طلبة المرحلة الثانوية وعلاقتها بالرضا عن الذات في لواء القصر "**، وذلك استكمالاً لنيل درجه الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي، لذا فإنني أرجو التكرم، وكلي أمل بصدق تعاونكم وحسن تعاملكم بالإجابة عن جميع فقرات الاستبانة بصدق وموضوعيه لإثراء الدراسة، وعكس الصورة الحقيقية المتمثلة في تحقيق أهداف الدراسة.

علما بان الإجابة ستعامل بسريه تامة، ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي فقط.

شاكراً لكم حسن تعاونكم،،،،،

الباحث:

عامر حمدان الدهيسات

المعلومات الديمغرافية:

النوع الاجتماعي: ☐ **ذكر** ☐ **أنثى.**

الصف: ☐ **الاول ثانوي** ☐ **الثاني ثانوي (التوجيهي).**

المستوى التحصيلي: ☐ **امتياز** ☐ **جيد جدا** ☐ **جيد** ☐ **مقبول.**

الرقم	الفقرات	موافق بشده	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشده
1	ارغب في اصدقاء جدد يختلفون عن اصدقائي حالياً					
2	استمتع مع أصدقائي					
3	اعتقد أن أصدقائي سيساعدوني عند الحاجة					
4	أحب وجودي في المدرسة					
5	استمتع بالانشطة المدرسية					
6	اتمنى أن يكون لي جيران مختلفون عما هو حالياً					
7	احب الحي الذي اسكن فيه					
8	ينسجم افراد اسرتي مع بعضهم البعض بشكل جيد					
9	أنا انسان مرح في علاقاتي مع الاخرين					
10	يحبني الناس الذين اختلط معهم					
11	تعاملي مع زملائي يتصف بالمرونه					
12	أنسجم مع زملائي بسهوله في انجاز أعمالي التي أكلف بها					
13	أتجنب مشاركة الآخرين في كثير من النشاطات الاجتماعية					
14	اجد صعوبة في بناء علاقاتي الاجتماعية					
15	أجد نفسي مدفوعاً للدعابة مع الآخرين عند التعامل معهم					
16	أستمتع بوجودي في المنزل مع افراد اسرتي					
17	يعاملني أخوتي بشكل مناسب					
18	أحب قضاء الوقت مع والديّ					
19	يتحدث افراد اسرتي بلطف مع بعضهم البعض					
20	والديّ يعاملاني بشكل عادل كبقية إخوتي					
21	أحب ان اجرب اشياء جديدة					

22	أقضي وقتاً سيئاً مع أخوتي					
23	أتمنى العيش في بيت اخر					
24	أستطيع تنفيذ مهارات متعدده حياتيه تعلمتها					
25	أتعلم الكثير من المعلومات في المدرسة					
26	أشعر بالاستياء أثناء وجودي بالمدرسة					
27	أجد صعوبة في تجاوز المواقف الصعبة					
28	أتجنب الآخرين لأن جسمي وشكلي غير مقبولين					
29	لدي القدرة على التجديد وتحدي الأفكار التقليدية					
30	أعمل جاهداً من أجل تحقيق أهدافي					
31	أبادر بطرح أفكار جيدة لتطوير من حولي					
32	أرى أن المثابرة بالعمل تدفعني إلى الإبداع					
33	أتوقع النجاح في الأعمال التي توكل إلي					
34	لدي ثقة في النجاح في الأعمال التي اقوم بها					
35	أنجز اعمالي التي أكلف بها دون تردد					
36	أبادر في حل مشكلات زملائي العلمية والشخصية					
37	لدي القدره في إشاعة جو من الحماس مع زملائي					
38	يشعرني جسمي بالثقة في نفسي					
39	أرى أن الأخرين أجسامهم افضل مني					
40	أمتلك القدره الكافية للدفاع عن حقوقي					
41	أتمتع بصحة مناسبة لعمري					
42	مظهري المناسب يساعدني في إقامة صداقات متعدده					
43	تؤثر فيَّ تعليقات زملائي "السالبة" حول جسمي					
44	يشغلني – كثيراً – شكلي وجسمي					
45	أشعر بأنني بدين لذلك أحاول تخفيف وزني					
46	تعجبني هيئتي كما تبدو في المرأة					
47	يرى الأشخاص الاخرون أن جسمي متناسق					
48	أتمنى لو كانت هيئتي وجسمي كالممثلين او عارضي الأزياء أو الرياضيين					

الملحق (د)

مقياس ميكانيزمات الدفاع بصورته النهائية

جامعة مؤتة

كلية الدراسات العليا

"قائمة ميكانيزمات الدفاع "

أخي الطالب/ أختي الطالبة....

تحيه طيبه وبعد...

يقوم الباحث بإجراء دراسة ميدانيه بعنوان **"مدى استخدام ميكانيزمات الدفاع لدى طلبة المرحلة الثانوية وعلاقتها بالرضا عن الذات في لواء القصر "**، وذلك استكمالاً لنيل درجه الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي، لذا فإنني أرجو التكرم، وكلي أمل بصدق تعاونكم وحسن تعاملكم بالإجابة عن جميع فقرات الاستبانه بصدق وموضوعيه لإثراء الدراسة، وعكس الصورة الحقيقية المتمثلة في تحقيق أهداف الدراسة.

علما بان الإجابة ستعامل بسريه تامة، ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي فقط.

شاكراً لكم حسن تعاونكم،،،،،

الباحث:

عامر حمدان الدهيسات

المعلومات الديمغرافية:

النوع الاجتماعي: ☐ **ذكر** ☐ **أنثى.**

الصف: ☐ **الاول ثانوي** ☐ **الثاني ثانوي (التوجيهي).**

المستوى التحصيلي: ☐ **امتياز** ☐ **جيد جدا** ☐ **جيد** ☐ **مقبول**

أولاً: قائمة ميكانيزمات الدفاع

الموقف الأول

تنتظر الباص على الرصيف، وكانت الشوارع مبللة وموحلة بسبب المطر الذي سقط في الليلة الماضية، وتمرق سيارة من خلال بركة ماء (تكونت بعد المطر) من أمامك، ولطخت ملابسك بالطين نتيجة للطرطشة التي أحدثتها.

س1: كيف يكون رد فعلك الحقيقي ؟

1- أكتب رقم السيارة حتى أستطيع أن أتتبع هذا السائق المهمل أو المتهور
2- أنظف ملابسي بمسح الطين وأنا مبتسم
3- أقوم بالصياح وصب اللعنات وراء هذا السائق
4- ألوم نفسي لعدم أرتدائي لمعطف المطر
5- لا أبالي ؛ وعلى كل حال فمثل هذه الاحوال لايمكن تجنبها

س2: كيف يكون سلوكك الاندفاعي التخيلي؟

1- أضع وجه هذا السائق في الوحل أو الطين
2- أبلغ الشرطة عن هذا السائق غير الكفء
3- ألوم نفسي لوقوفي على مسافة قريبة جداً من حافة الطريق
4- أدع السائق يعرف أنني في الواقع لا أبالي أو لا اهتم
5- أبلغ هذا السائق أن المارة أيضاً لهم حقوق

س3: ما الفكرة التي ربما تخطر على بالك؟

1- لماذا أضع نفسي دائماً في مثل هذا الموقف
2- ليذهب هذا السائق الى الجحيم
3- أنني متأكد بصفة أساسية أن هذا السائق رجل لطيف
4- يتوقع الواحد منا دائماً مثل هذه الاشياء في الأيام الممطرة
5- أتساءل إذا كان هذا السائق طرطش على متعمداً

س4: كيف يكون شعورك ولماذا؟

1- أرضى بما حدث لانه قد يحدث أسواء من ذلك
2- اصاب بالاكتئاب بسبب حظى السئ
3- أستسلم لأنني تعودت أن آخذ الأمور على علاتها
4- أشعر بالاستياء لأن هذا السائق لايهتم بمشاعر الآخرين
5- أشعر بالغضب الشديد لأن السائق تسبب في اتساخ ملابسي

الموقف الثاني

(تعمل أو تعملين) بوظيفة مرموقة بأحد الأقسام الهامة(وتكون \ وتكوننين) بأستمرار تحت ضغط نفسي شديد لإنهاء الأعمال طبقا لمهلة زمنية محددة ، وحيث أن الأمور لم تعد على ما يرام كما كانت في الفترة السابقة، ورغم مبادرتك وسعة حيلتك وحسن تدبيرك للأمور خططت لعمل بعض التغيير في وظائف الأفراد في المستقبل القريب وقبل أن تفعل ذلك ، يصلك رئيسك ألاعلى على غير توقع ويسأل بعض الأسئلة الفظة أو العنيفة التي تتعلق بسير العمل ثم يخبرك أنك مطرود من وظيفتك وتم تكليف مساعدك ليحل محلك في هذه الوظيفة.

س1: **كيف يكون رد فعلك الحقيقي ؟**

1- أتقبل الأمر بطيب خاطر وذلك لأنرئيسي يقوم فقط بأداء مهام وظيفته.
2- أوجه اللوم إلى رئيسي لاتخاذه قراراً ضدي قبل زيارته.
3- أكون شاكراً لإعفائي من هذه الوظيفة القاسية.
4- أبحث عن فرصة آخرى لأعرض خدماتي حتى لو براتب أقل.
5- ألوم نفسي لأنني لم أكن على درجة كبيرة من الكفاءة.

س2: **كيف يكون السلوك الاندفاعي التخيلي؟**

1- أهنئ مساعدي على الترقية والترفيع.
2- أكشف عن المؤامرة المحتملة بين رئيسي وبين مساعدي للتخلص مني.
3- أقول لرئيسي أذهب إلى الجحيم.
4- ألوم نفسي لوما قاسيا لأنني لم أقم بعمل تغيير بطريقة سريعة.
5- أريد أن أترك الوظيفة زلكن لا أستطيع أن أعيش بدون عمل.

س3: **مالفكرة التي ربما تخطر على بالك؟**

1- أتمنى أن أواجه رئيسي وجهاً لوجه في زقاق مظلم.
2- من الضروري أن يوضع الشخص المناسب في المكان المناسب.
3- مما لا شك فيه ان ذالك كان حجة للتخلص مني.
4- أنا محظوظ لأني فقدت وظيفتي ولم أفقد مكانتي الاجتماعية.
5- كيف يمكن أن اكون غبي لأسمح للأمور أن تفلت من يدي.

س4: **كيف يكون شعورك ولماذا؟**

1- أشعر بالاستياء لأن رئيسي خدعني وعاقبني.
2- أشعر بالغضب من مساعدتي لحصولها على وظيفتي.
3- أشعر بالسرور لما حدث ، ولم يحدث شيء أسواء من ذلك.
4- أشعر بالضيق لأني فاشل.
5- أشعر بالاستسلام فعلى أي حال انا راضي لانني فعلت كل ما في وسعي.

الموقف الثالث

(تعيش \ تعيشين) مع عمك وعمتك اللذين يقدمان لك العون والمساعدة لكي تلتحق بإحدى الكليات ، ويهتمان بك منذ أن توفى والداك في حادث سيارة عندما كنت صغير، وفي أحدى الليالي كنت على موعد مع أصدقائك دائماً برفقتك، وكانت هناك عاصفة شديدة وممطرة في الخارج ، وأصر عمك وعمتك على أن تتصل وتلغي هذا الموعد أو اللقاء بسبب ظروف الطقس السيئة والوقت المتأخر.

وكن على وشك أن لا تصغي لهما ولا توافق على هذا الأمر وعند تأهبك للخروج من الباب قال عمك في لهجة آمرة " لقد قررنا عدم خروجك وهذا الموضوع منته ولا يقبل المناقشة".

س1: كيف يكون رد فعلك الحقيقي؟

1- ألتزم بالقرار لأنهما أدرى بمصلحتي.
2- أخبرهما أنهما لا يريدان لي أن أكبر وأتصرف بحرية.
3- ألغي الموعد حفاظاً على المودة داخل الأسرة.
4- أخبرهما أن هذا ليس من شأنهما وأنصرف بأي طريقة.
5- أوافق على البقاء في البيت واعتذر عن القلق الذي سببته لهما.

س2:كيف يكون السلوك الاندفاعي التخيلي ؟

1- أخبط راسي في الحائط.
2- أخبرهما أن يتوقفا عن تحطيم حياتي.
3- أشكرهما لاهتمامهما الشديد بمصلحتي.
4- أخرج وأغلق الباب بشدة في وجههما.
5- أتمسك بموعدي سواء كان الجو ممطراً أو صافياً.

س3: ما الفكرة التي ربما تخطر على بالك؟

1- لماذا لم يتوقفا عن الكلام ويتركوني وشأني.
2- لم يحدث أبداً في واقع الامر انهما أهتمابي.
3- هما طيبان جداً معي ، وينبغي علي أن التزم بقرارهما دون نقاش.
4- لا يمكن أن تأخذ دون أعطاء شيء في المقابل.
5- الأمر كله خطأ من جانبي لتخطيطي لهذا الميعاد المتأخر.

س4: كيف يكون شعورك ولماذا ؟

1- أشعر بالضيق لأنهما يفكران أنني مازلت صغير.
2- أشعر بالبؤس لأنه لا يوجد شيء أستطيع أن أفعله.
3- أشعر بالامتنان لاهتمامهما بي.
4- أشعر بالاستسلام فعلى أي حال لايمكن أن تفكر بطريقتك الخاصة في كل مرة.
5- أشعر بالغضب الشديد لأنهما يتدخلان في شئوني الخاصة.

الموقف الرابع

في أثناء زيارتك لصديقة \ صديق قديم يعيش في مدينة أخرى عثرت على وظيفة محترمة ، وذهبت لتعيش هناك ، وذات يوم قدم صديقك لك دعوة للذهاب معه إلى النادي لممارسة الانشطة الرياضية في عطلة نهاية الاسبوع. وبعد وصولكما إلى النادي بفترة قصيره قبل صديقك دعوة لأصدقائه وذهب وتركك مع مجموعة من الأشخاص الغرباء الذين تم تقديمك لهم بطريقة غير كافية ، وتحدثوا معك ولكن لسبب أو لآخر لم يطلب أي منهم أن تشاركهم العاب الرياضة ، وظهر صديقك على الجانب الآخر أن له شعبية كبيرة في هذا المساء فكان يبدو انه يستمتع بوقته تماماً ، وبينما هو يلعب نادا عليك بصوت عالٍ قائل " لماذا لا تلعب؟".

س1: كيف يكون رد فعلك الحقيقي ؟

1- أقول له بسخرية إنني لا أحب ممارسة الرياضة وأفضل أن أشاهدك.
2- أخبرة بأنني في واقع الامر لا احب ممارسة الرياضة.
3- أذهب إلى التواليت لكي أشاهد إذا كان هناك عيب في وجهي.
4- أخبره أنه من الاسهل أن أتعرف على الناس من خلال المحادثة وليس عن طريق النادي.
5- أنهض وأرحل لأنه يبدو واضحاً أنه يحرجني.

س2: كيف يكون السلوك الاندفاعي التخيلي ؟

1- أؤكد له أنني مقتنع وراضي وسعيد جداً وليس هناك أي مشكلة.
2- أريد أن أصفعه على وجهه.
3- أوضح له أنه لا يمكن أن اكون محبوب بالنادي من أول مره وفي مكان غريب
4- أخبره أني أعرفه الأن على حقيقته.
5- أريد أن أتوارى وأختفي عن الأنظار.

س3: ما الفكره التي ربما تخطر على بالك؟

1- لقد تغلبت علي أو هزمتني.
2- ما كان علي أن أحضر إلى النادي منذ البداية.
3- أنني سعيد بأن صديقي يستمتع.
4- إن مثل هذه التجارب لايمكن تجنبها في حفله حيث لا تعرف هذا الحشد من الناس.
5- سأجعله يندم على سلوكه.

س4: كيف يكون شعورك ولماذا؟

1- أشعر بالضيق لأني كنت غير موفق.
2- أشعر بالغضب الشديد لإحراج صديقي لي.
3- أشعر بالاستسلام لأن هذا الموقف يجب أن يتحمله كل وافد جديد.
4- أشعر بالغضب لأني وضعت في هذا الموقف المحرج.
5- أشعر بالأمتنان لأنها ساعدتني على قضاء هذه الأمسية الجميلة.

الموقف الخامس

في وظيفتك تريد أن تعطي أنطباعاً حقيقياً بأنك أكثر مهارة من زملائك الآخرين ، وتنتظر الفرصة التي تثبت فيها ذلك.

وفي أحد الأيام تصل ماكينة جديدة إلى المصنع، واستدعى رئيس الورشة جميع العاملين وسئلهم إذا كان أحدهم يعرف كيفية تشغيل هذه الماكينة، وهنا تشعر بالفرصة التي طال أنتظارك لها، ولذا تخبر رئيس الورشة أنك تعاملت مع الآلة مشابهة لها، ويرفض رئيس الورشة قالاً " أسف لا يمكننا أن نجازف" وأستدعى المسؤول ولم يتمكن من تشغيلها، وفي هذه الأثناء يستدعيك رئيس الورشة ويسألك أذا كنت تريد تشغيلها.

س1: **كيف يكون رد فعلك الحقيقي؟**

1- أقول أشك في قدراتي على تشغيل الآلة.
2- أخبر زملائي العاملين أن رئيس الورشة يريد أن يجعلني مسؤول عن تحطيم هذه الماكينة.
3- أخبر رئيس الورشة بأنني ممنون وأقدر له منحي هذه الفرصة.
4- أنسحب وأرفض ، وأنا العن رئيس الورشه بصوت خافت.
5- أخبر رئيس الورشة بأنني سأحاول ولا يجب أن أنسحب أبداً من هذا التحدي.

س2: **كيف يكون السلوك الاندفاعي التخيلي ؟**

1- أخبر رئيس الورشة بأن لا يجعل مني كبش فداء لهذه الماكينة المكسورة.
2- أشكر رئيس الورشة لعدم سماحة لي بأن أجرب في البداية.
3- أخبر رئيس الورشة أنه ينبغي علية محاولة تشغيل الآلة المكسورة بنفسه.
4- أوضح لرئيس الورشة أن الخبرة لا تضمن النجاح
5- أتساءل بلوم كيف لي أن أقحم نفسي في هذا الموقف الذي لا يمكن تحمل نتائجه.

س3: **ما الفكرة التي ربما تخطر على بالك؟**

1- هذا الرئيس في الواقع رجل مهذب جداً.
2- ألعنه هو وماكينتة الملعونة.
3- هذا الرئيس يحاول النيل مني.
4- الآلآت أو الماكينات لا يعتمد عليها دائماً.
5- كيف كنت غبية حتى أفكر في تشغيل هذه الآلة.

س4: **كيف يكون شعورك ولماذا؟**

1- أشعر بلا مبالاة وذلك لأنه حينما لا يتم تقديري فأنني أفقد حماسي.
2- أشعر بالغضب لأنه طلب مني أن أقوم بهذا العمل المستحيل.
3- أشعر بالسعادة لأنني لم أحطم الآلة.
4- أشعر بالضيق لأنني وضعت في هذا الموقف دون رغبة مني.
5- أشعر بالاشمئزاز من نفسي لأني خاطرت وجعلة من نفسي أضحوكة

الملحق (هــ)
كتاب تسهيل المهمة

MU'TAH UNIVERSITY

President Office

جامعة مؤتة

مكتب الرئيس

Ref. :

Date :

الرقم : ٣٥/١٢٥/٣٥/٩٨١

التاريخ : ١٩/جمادى الأولى/١٤٣٧هـ

الموافق : ٢٨/٢/٢٠١٦م

السيدة مديرة التربية والتعليم لمنطقة القصر المحترمة

تحية طيبة، وبعد:

فأرجو التكرم بالموافقة والإيعاز لمن يلزم؛ لتسهيل مهمة الطالب عامر حمدان الذهيسات، والذي يدرس في جامعة مؤتة ببرنامج ماجستير الإرشاد النفسي والتربوي، في توزيع استبانة دراسته الموسومة بـ: **"مدى استخدام ميكانيزمات الدفاع لدى طلبة المرحلة الثانوية وعلاقتها بالرضا عن الذات في لواء القصر"**، على المعنيين لديكم؛ لغايات الحصول على المعلومات والبيانات اللازمة لإعداد الدراسة المذكورة، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير.

شاكرين لكم اهتمامكم وحرصكم على التعاون مع جامعة مؤتة.

وتفضلي بقبول فائق الاحترام،،،

رئيس الجامعة

نائب الرئيس لشؤون الكليات الإنسانية

وشؤون الطلبة والمجتمع

أ.د. عبد الحميد إبراهيم المجالي

نسخة/ عميد كلية الدراسات العليا

مؤتة - الكرك - الأردن - هاتف: ٢٣٧٢٣٨٠-٣-٩٦٢+ ص.ب: (٧) الرمز البريدي: (٦١٧١٠) فاكس: ٢٣٧٥٥٤٠-٣-٩٦٢+

Mu'tah-Karak-Jordan-Tel: +962-3-2372380 P.O.Box: (7) Zip Code: (61710) Fax: +962-3-2375540

www.mutah.edu.jo E-mail: mutah@mutah.edu.jo

المعلومات الشخصية

الاسم: عامر حمدان الدهيسات

التخصص: ماجستير الإرشاد النفسي والتربوي

الكلية: العلوم التربوية

السنة: 2016

هاتف رقم: 0799118545

البريد الإلكتروني: dhaisat2014@gmail.com